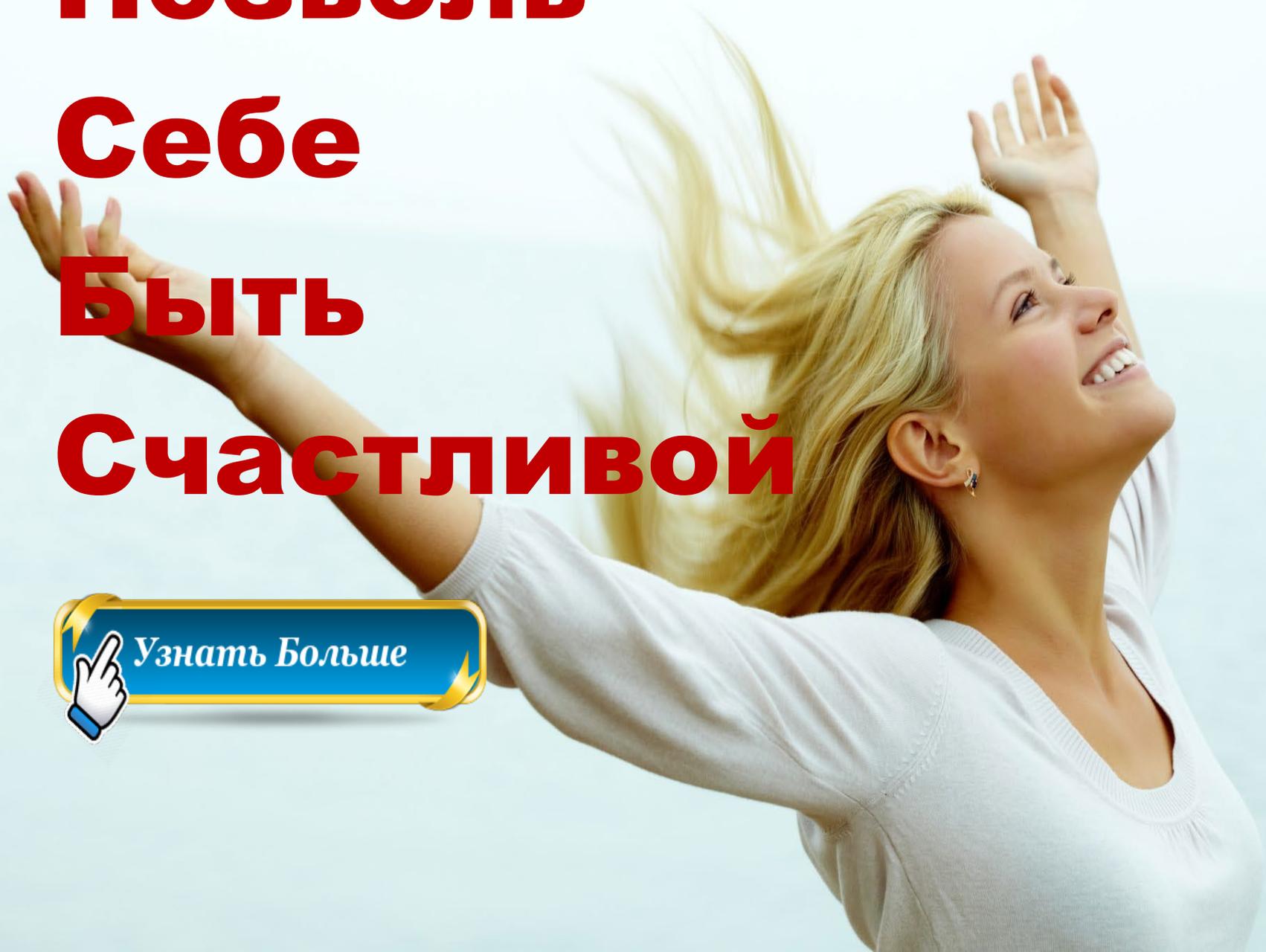


Позволь

Себе

Быть

Счастливой



Данная выставка будет полезна и увлекательна для женской аудитории. Все книги, представленные на этой выставке, дают массу практических рекомендаций, а также советы и приемы, направленные на познание себя и достижение психологического и душевного спокойствия и комфорта. Несомненно, книги могут оказаться полезными и для мужчин, так как затрагивается множество актуальных вопросов, связанных с широким спектром отношений между мужчиной и женщиной. Книги адресованы всем, кто хочет быть счастливыми.



Все книги доступны в ЭБС (УНИЦ)



счастье



Узнать Больше

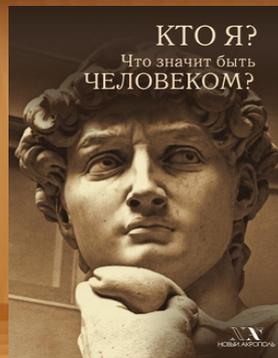


*это есть смысл и цель
жизни, основное назначение
и венец человеческого
существования.*

Аристотель



Назад





[Либина, А.](#)

Психология современной женщины. И умная, и красивая, и счастливая

ОБ ИЗДАНИИ

Открыв книгу, вы попадаете в группу психологического тренинга. Вместе с ведущей — автором книги — и остальными участниками повествования вы проанализируете свой жизненный путь и найдете ответы на многие волнующие современную женщину вопросы. Книга посвящена созданию доверительных отношений между мужчинами и женщинами, особое внимание уделяется отношению к себе, самооценке и саморуководству. Оригинальные обучающие игры и методики, занимательные классификации и тесты, философские притчи и реальные жизненные истории делают эту книгу не только полезной в разрешении повседневных проблем, но и весьма увлекательной для чтения.

[ПОДРОБНЕЕ](#)

[Назад](#)

Достижения в психологии

И. А. Джидарьян

Психология
счастья
и оптимизма



ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ НАУК

[ПОДРОБНЕЕ](#)

- [Джидарьян, И. А.](#)
- Психология счастья и оптимизма

ОБ ИЗДАНИИ

В книге собраны уникальные в плане содержания работы видного отечественного психолога И.А. Джидарьян, традиции которой она развивает. Прекрасное владение методологией психологического исследования, глубокое знание философской традиции и современных работ по проблемам позитивной психологии, оригинальность мышления в сочетании с искренним сопереживанием человеку на его жизненном пути позволяет автору рассматривать темы, которые мало кто решается развивать в психологии: веры, надежды, любви, оптимизма и счастья.

[Назад](#)



ПОДРОБНЕЕ

- [Кроули, Крис.](#)
- Следующие 50 лет: Как обмануть старость
- **ОБ ИЗДАНИИ**
- Для сегодняшней женщины 50 лет и старше - возраст расцвета. Ей предстоят еще долгие годы, которые могут оказаться лучшими в ее жизни. Ведь мир современницы отличается от условий, в которых жили наши мамы и бабушки, а достижения медицины открывают фантастические возможности. Опираясь на строго научные данные, авторы показывают, что организм человека запрограммирован на два варианта: рост или распад. Одиночество и стресс запускают распад; любовь и радость - рост. Остается решить для себя: деградировать, предаваясь праздности и скуке, или научиться омоложению и жить долго и счастливо. Эта книга - практическое руководство для тех, кто сделал правильный выбор, и стимул для тех, кто стоит на распутье.

Назад

ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ И КАК НА ЭТОМ ЗАРАБОТАТЬ?

СЕКРЕТЫ МАРКЕТИНГА



ПОДРОБНЕЕ

- [Захарова, Ю. А.](#)
- Чего хотят женщины и как на этом заработать?
- **ОБ ИЗДАНИИ**
- На сегодняшний день литературы, посвященной маркетингу, ориентированному на женскую аудиторию, немного. Поэтому в данной книге автор попытался воссоздать наиболее полный образ российской женщины-потребителя, проанализировал ее желания и потребности, уровень их удовлетворенности, постарался выяснить, чего же хотят российские женщины, чтобы быть счастливыми и как эти желания превратить в чистую прибыль с помощью маркетинговой деятельности.

Назад



МНЕ НЕКОГДА

или осторожные советы
молодой женщине

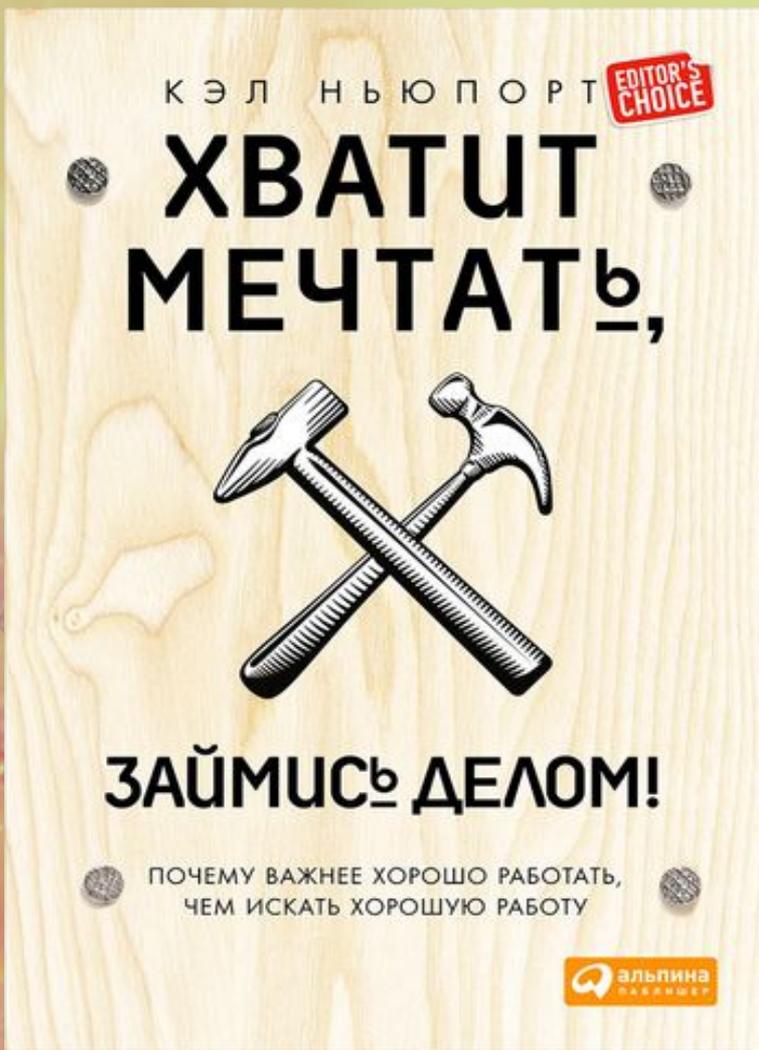
РЕВЕККА ФРУМКИНА

новое издательство

- [Фрумкина, Р. М.](#)
- Мне некогда, или Осторожные советы молодой женщине
- **ОБ ИЗДАНИИ**
- Новая книга известного психолога и лингвиста Ревекки Фрумкиной обращена к молодой женщине, вступающей на путь самостоятельной жизни. Как стать счастливой? Как обустроить квартиру малыми силами? Какие вещи купить в первую очередь? Что должно быть в домашней аптечке? Как правильно выбрать режим дня? Содержащиеся в книге ответы на эти и другие неотложные вопросы не отвлекают читателя от ее главной идеи: взрослая жизнь - это жизнь человека, который постоянно делает выбор. «Осторожные советы» Ревекки Фрумкиной помогут выбрать между дешевым и дорогим, вкусным и полезным, красивым и удобным, полагаясь на собственный вкус, а не статью из «глянцевого» журнала, и создать собственный стиль жизни, прислушиваясь не только к рекламе и друзьям, но и к себе самому.

[ПОДРОБНЕЕ](#)

[Назад](#)



[ПОДРОБНЕЕ](#)

- [Ньюпорт, Кэл.](#)
- Хватит мечтать, займись делом! Почему хорошо работать лучше, чем искать хорошую работу
- **ОБ ИЗДАНИИ**
- Работа мечты - дело, которое любишь и которое приносит тебе серьезный доход. Многие грезят о ней, но похвастаться такой работой могут единицы. Кто же эти счастливицы? Те, кто постоянно пробуют новое, не останавливаясь на достигнутом и переходя с места на место в поисках лучшего, или те, кто стараются досконально овладеть профессиональными навыками? Что является ключом к успеху и счастью - стремление к своей мечте или профессионализм? Автор книги Кэл Ньюпорт, ученый и автор нескольких бестселлеров о тонкостях личной мотивации, увлекательно, с юмором, подкрепляя свои доводы результатами серьезных научных исследований, убеждает нас: гораздо перспективнее на время забыть о будущих великих достижениях, рискуя остаться ни с чем, и действовать наверняка, осваивая дело, которым вы уже занимаетесь.

[Назад](#)



- [Ричард, Темплар.](#)
- Правила любви
- **ОБ ИЗДАНИИ**
- У любви есть свои скрытые законы. Когда мы их соблюдаем, у нас в жизни все хорошо. Когда нарушаем, жизнь вступает в темную полосу. Ричард Темплар сделал, казалось бы, невозможное: он систематизировал в виде правил то, что подсознательно нам понятно, но далеко не всегда удается четко осознать и вовремя вспомнить. Эта книга полна полезных и остроумных советов и пригодится каждому, кто хочет стать более счастливым. Желаем удачи в любви!

[ПОДРОБНЕЕ](#)

[Назад](#)



[ПОДРОБНЕЕ](#)

- [Гуггенбюль-Крейг, Адольф.](#)
- Брак умер - да здравствует брак!
- **ОБ ИЗДАНИИ**
- Книга известного швейцарского психолога-юнгианца Адольфа Гуггенбюля-Крейга, представляет собой аналитическое исследование различных аспектов брака, любви, счастья и сексуальности. Автор рассматривает институт брака в исторической ретроспективе.

[← Назад](#)

Хелен Фишер



Почему мы любим

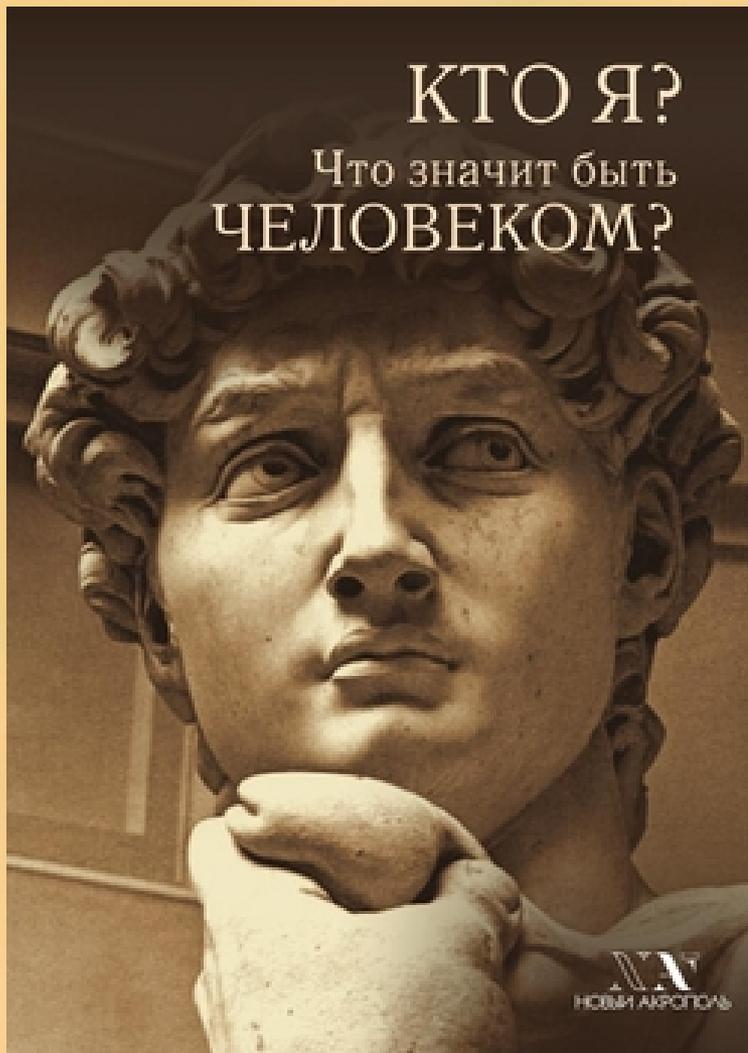
Природа и химия романтической любви



[ПОДРОБНЕЕ](#)

- [Хелен, Фишер.](#)
- Почему мы любим: природа и химия романтической любви
- **ОБ ИЗДАНИИ**
- Каждый из нас имеет опыт счастья и отчаяния, которые дарит любовь. И уже много веков люди пытаются понять, что это такое. Почему мы теряем голову? Как пережить отказ? Что происходит с чувствами супругов в долгом браке? Как завоевать любовь и можно ли ее сохранить? Книга известного антрополога Хелен Фишер предлагает новые и подчас неожиданные ответы на эти вопросы. Сканируя мозг самых разных пациентов, она выявила важные закономерности, начиная с того, что в момент влюбленности некоторые зоны мозга «светятся». Исследуя типы любви, ее эволюцию, процессы, происходящие в организме — автор дает научное объяснение самым удивительным проявлениям этой универсальной движущей силы и великого дара.

[Назад](#)



[ПОДРОБНЕЕ](#)

- Кто я? Что значит быть Человеком?
- **ОБ ИЗДАНИИ**
- Во все времена и во всех уголках земли звучат одни и те же вечные вопросы: как обрести счастье, в чем смысл моей жизни, какие ориентиры ставит передо мной Судьба, на что я бы мог смело опираться, зная, что поступаю верно. Ведь каждому из нас так важно найти и включить в свою повседневную жизнь доброе, справедливое, истинное и прекрасное, чтобы наполнить ее определенным смыслом и счастьем. Эта книга создана по мотивам выставки «Кто я? Что значит быть Человеком?», организованной культурным центром «Новый Акрополь».

[Назад](#)



[ПОДРОБНЕЕ](#)

- [Лукинская, О.](#)
- Как мечтать, чтобы сбывалось
- **ОБ ИЗДАНИИ**
- Большинство желаний, начавшись с мысли «вот бы мне когда-нибудь...», так и остаются фантазиями. Нам мешают собственные страхи и сомнения в том, что все получится. Мы зависим от стереотипов и мнения окружающих. В этой книге Ольга Лукинская, на примерах из своей жизни рассказывает, как преодолевать трудности, не бояться начать все с нуля и, главное, — как мечтать, чтобы сбывалось. Вы найдете советы и задания, которые помогут вам понять, чего вы хотите, оценить свои возможности и подготовить конкретный план по достижению желаемого. Ее вдохновляющее руководство о том, как превратить мечты в реальность, — неоценимая помощь каждому, кто хочет изменить свою жизнь.

[Назад](#)

ОЛЬГА
ГУМАНОВА

ЖЕНСКОЕ ОДИНОЧЕСТВО

КАК ИЗ НЕГО
ВЫБРАТЬСЯ



PHOTODISC.BEL

[ПОДРОБНЕЕ](#)

- [Гуманова, О. В.](#)
- Женское одиночество
- **ОБ ИЗДАНИИ**
- Многие женщины хотели бы встретить надежного спутника жизни и быть счастливыми. Но не всегда это получается легко. Автор этой позитивной, обнадеживающей книги поможет читательницам взглянуть на различные модели поведения со стороны и разобраться в причинах неудач в личной жизни, увидеть самые распространенные ошибки и пути преодоления сомнений и решения проблем. Эта книга — о женском одиночестве, о том, как от него избавиться, — или же принять как должное.

[Назад](#)

Чтобы быть счастливым, не обязательно знать, что такое счастье. Пусть на данный вопрос отвечают философы. Обычный человек становится счастливым, проводя время с дорогими людьми, получая и даря радость общения. Счастье зависит только от субъективного восприятия мира, поэтому самое главное для его достижения – умение находить радость в повседневных занятиях.



Смотри на мир
счастливыми
глазами!





КАЗАНСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

Благодарим за внимание!

Выставку подготовил учебный абонемент №2
(УНИЦ) Д-128

Назад