

Психологія: сходинки до розуміння

*Укладач зав. сектору культурно-просвітницької роботи наукової бібліотеки Маріупольського державного університету
Дунук Д.А.*

Розділи:

- **«Я і люди. Розкажи мені про мене»**
- **«Чоловік і жінка. Чому вони різні?»**
- **«Батьки і діти. Проблеми дитячого щастя»**



Я і люди. Розкажи мені про мене

- Все, що дратує в інших, може вести до розуміння себе.

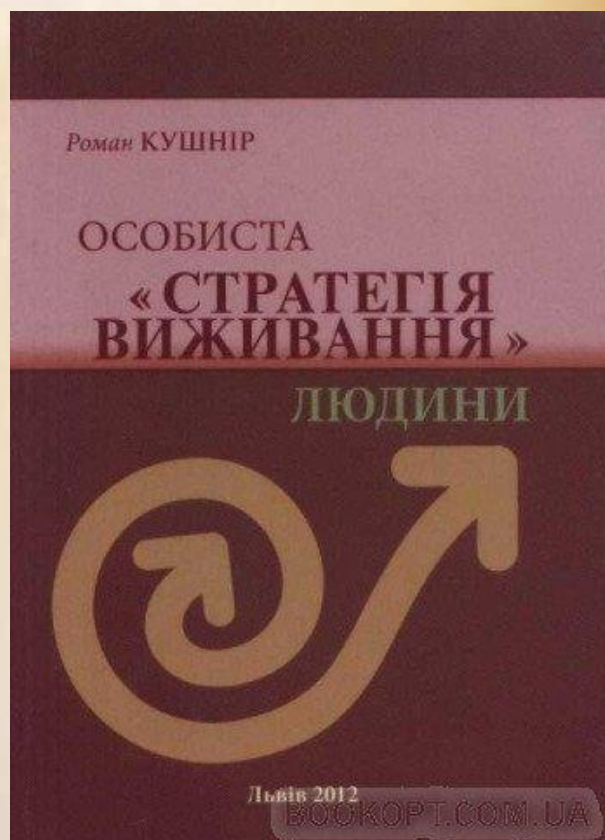
Карл Густав Юнг

- Є три речі, зробити які надзвичайно важко: зламати сталь, розкришити алмаз і пізнати самого себе.

Бенджамін Франклін

- Подорожують не в просторі, подорожують усередині самих себе. Нове місце чарує нас в тій мірі, в якій оновлює нас.

Антуан де Сент-Екзюпері



Кушнір, Р.О. Особиста «стратегія виживання» людини / Р.О. Кушнір.
– Дрогобич : Коло, 2012. – 185 с.

Чому кожна конкретна людина є саме такою, яка вона є? Які чинники вплинули на її формування? Чи можемо ми самотійно як завгодно змінити себе? Як зрозуміти що таке наша Особистість? Вам цікаво знайти відповіді на ці запитання? А можливо Ви вже шукаєте відповіді на них?

У книзі Р. Кушніра викладено основні етапи, причинно-наслідкові зв'язки, сутність і цілі формування поведінки людини з позиції функціональної психології. Окреслено можливості аналізу поведінкової моделі людини – її стратегії виживання, критерії оцінки її ефективності і інструменти для зміни. Описано спосіб формування якісної особистої стратегії виживання.

Найкращі історії та притчі,
які можна використовувати
для особистісного зростання,
а також у повсякденних ситуаціях,
зібрані в одній книзі.

Повчальні оповідання
з найрізноманітніших сфер
людської діяльності, починаючи
від теми ставлення до себе
і закінчуючи моделями
ефективного самонавчання,
з коментарями і особливостями
сприйняття цих історій.
У продовженні першої книги зібрані
притчі, об'єднані ідеєю опису
«архітектури Всесвіту».
В книзі висвітлюються теми
ставлення до себе і до інших,
до конфліктів і до навчання,
до багатства і до часу.



- ❖ **Кушнір, Р.О. Історії і притчі для особистісного зростання** / Р.О. Кушнір. – Дрогобич : Коло, 2013. – 224 с.
- ❖ **Кушнір, Р.О. Історії і притчі для особистісного зростання. Частина друга : Архітектура Всесвіту** / Р.О. Кушнір. – Дрогобич : Коло, 2015. – 192 с.



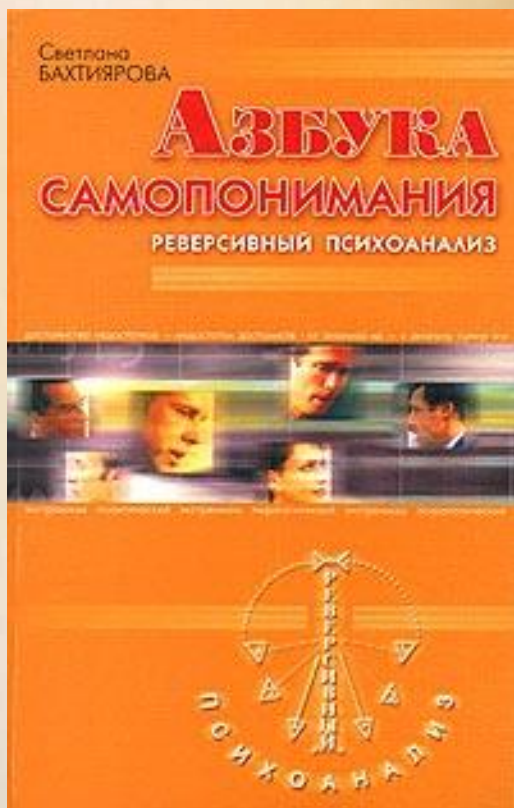
Лерш, Ф. Структура особи
/ Ф. Лерш; пер. І. Іващенко. — Київ :
Пульсари, 2014. — 560 с.

Переживання людини, вплетені у повсякденне життя, постають як окрема дійсність, така сама реальність фізичного світу. Теоретико-системний підхід до душевної дійсності засновує науку, яка називається психологією. Її завдання — ознайомлювати з різноманітними формами душевного життя, зробити їх зрозумілими. Таке завдання ставить перед собою і ця книга.

Ася Казанцева – науковий журналіст, її дебютна книжка присвячена "основним біологічним пасткам, які заважають нам щасливо жити, і як слід поводитися". Чи справді чоловіки схильні до зради? Як глибоко вкорінюються наші хибні звички? Що мали на увазі автори формулювання "хімія любові"? Розкриваючи ці та інші таємниці, автор спирається на ґрунтовні наукові праці, а також наводить приклади із власного життя.

Казанцева, А. Хто б міг подумати! Як мозок змушує нас робити дурниці
/ А. Казанцева. – Харків : Віват, 2016. – 320 с.





Бахтиярова, С.А. Азбука самопонимания. Реверсивный психоанализ / С.А. Бахтиярова. – Киев : Росава ЛТД, 2002. – 440 с.

Мимо многих очевидных истин мы проходим не задумываясь именно в силу их очевидности. Эта книга – о легко узнаваемых вещах, касающихся каждого из нас... Известное изречение Экклезиаста ("Всею свое время...") рассматривается в контексте парадоксальной народной мудрости, реверсивной теории Майкла Аптера и реверсивного ("маятникового") психологического анализа – доступного каждому способа самопсихотерапии и взаимопонимания. Теория обратимости (реверсивности) заменяет представления о стабильных чертах характера открытой и динамичной концепцией личности, базирующейся на представлениях о бистабильности, изначальной двойственности души. Являясь своеобразным пособием по народной психотерапии, книга снабжена комментариями с использованием современной психологической лексики.

Чоловік і жінка. Чому вони різні?

Гендерний переворот — нова позиція жінки стосовно чоловіка в сучасному суспільстві, уявити яку в часи торжества чоловічого фемінізму не могли навіть автори «Камасутри».

Євген Головаха

*Джерело: Головаха, Є. Завдання кожного громадянина
/ Є. Головаха // День. — 2010. — 13 серпня (№144).*



Грей, Дж. Чоловіки з Марса, жінки з Венери
/ Д. Грей ; пер. з англ. Н. Лавської. – Київ : КМ-БУКС, 2017. – 312 с.

Книжку "Чоловіки з Марса, жінки з Венери" автор написав з урахуванням досвіду та фактичного матеріалу, якими він оволодів, працюючи консультантом подружніх пар. Розкриваючи таємниці безконфліктного існування, допомагаючи усвідомити, що способи спілкування, емоційні потреби і моделі поведінки представників протилежних статей можуть бути надзвичайно різними, Джон Грей вчить, як знайти спільну мову "представникам різних планет", дає шанс мільйонам сімей зміцнити свої стосунки, порозумітися, відновити колишні почуття.

Ильин, Е.П.
Дифференциальная
психофизиология
мужчины и
женщины : учебное
пособие / Е.П. Ильин.
– СПб. : Питер, 2002.
– 544 с.



Данная книга – первое и наиболее полное в отечественной психологии систематическое рассмотрение вопроса о физиологических, психических и социальных различиях мужчин и женщин с учетом многочисленных отечественных и зарубежных исследований. Издание является логическим развитием курса, изложенного в учебнике этого же автора "Дифференциальная психофизиология" ("Питер", 2001). Помимо обсуждения теоретических и методологических вопросов, в книге представлены методики изучения полоролевых особенностей мужчин и женщин.



Харві, С. Діяти як жінка, думати як чоловік / С. Харві ; пер. з англ. Н. Лавської. — Київ : КМ-БУКС, 2017. — 208 с.

Чому навіть найрозумніші, найуспішніші та найпривабливіші жінки не завжди розуміють вчинки чоловіків і не мають щастя в особистому житті? На думку автора цієї книжки — видатного комедіанта, філантропа, ведучого суперпопулярної у США радіопередачі, присвяченої взаємовідносинам чоловіків і жінок, проблема полягає в тому, що жінки звертаються за порадами до інших жінок, хоча варто було б частіше радитись із чоловіками. Стів Харві надає прекрасну можливість проникати в думки представників сильної статі, аби отримувати відповіді на найпекучіші питання. Кумедну, часом сувору, але завжди щиру, цю книжку обов'язково слід прочитати ще й задля того, аби дізнатися, що насправді думають чоловіки про стосунки з жінками.

У навчальному посібнику розкриваються основні поняття, предмет та завдання диференційної психології, наводяться теоретичні відомості щодо історії її становлення, описані її основні методи, розглянуто індивідуальну специфіку психічних процесів і властивостей, проаналізовано статеву-рольову диференціацію та стильові особливості індивідуальності. Посібник містить навчальну програму однойменного курсу, лекційну частину із запитаннями та завданнями для самоконтролю та психодіагностичний інструментарій до курсу.



Романовська, Л. І. Диференційна психологія: навч. посібник для ЗВО
/ Л. І. Романовська, Л. О. Подкоритова. –
Львів : Новий Світ-2000, 2015. – 236 с.

Ткалич, М. Гендерна психологія : навч. посіб.
/ М. Ткалич. – 2-е вид.,
випр. та доп. – Київ :
Академвидав, 2016. –
256 с.



Стереотипні розуміння статі, відносин чоловіків і жінок у суспільній та міжособистісній сферах формувалися тисячоліттями. Цивілізаційний прогрес значною мірою позбавив актуальності погляд на чоловіків і жінок як на «сильну» і «слабку» половини людства. Нове бачення цієї проблеми пропонують гендерні концепції, що проголошують рівноправність статей як передумову суспільної гармонії. Цей принцип покладено в основу навчального посібника, в якому, крім загальнотеоретичних і методологічних питань, розкрито соціально-психологічні основи гендерної ідентичності, гендерної соціалізації, гендерних відмінностей, вплив гендерних стереотипів на розвиток і самореалізацію особистості, соціально-психологічні характеристики гендерних ролей.

Батьки і діти.

Проблеми дитячого щастя

Між батьками і дітьми
існує давній задум — діти
не повинні засмучувати
батьків, а батьки
не повинні заважати
дітям.

Вадим Норд





Кові, Ш.
Сім звичок високоефективних підлітків: путівник підлітка до успіху
/ Ш. Кові ; пер. з англ. Р. Паранько. – Львів : Вид-во Старого Лева, 2015. – 252 с.

Це покроковий путівник для підлітків, який допоможе їм дійти із того місця, де вони є зараз, туди, де хочуть опинитися в майбутньому. Їхні цілі, мрії, плани – усе це здійснення й досягнє. Просто потрібно знати, що допоможе правильно рухатися обраним шляхом. І ця книга Шона Кові стала для мільйонів підлітків школою самоповаги та успіху.



Психологія сімейних взаємин : навч. посіб.
/ за ред. М.С. Корольчука. – Київ : Ніка-Центр, 2012. – 296 с.

У посібнику розглянуто теоретичні, методичні та практичні проблеми психологічного забезпечення сімейних стосунків, наведено психологічні особливості сучасної сім'ї та практичні методи психологічної діагностики сімейної взаємодії і психологічного консультування.



Седих, К.В.
Психологія сім'ї : навч.
посіб. / К.В. Седих. – Київ:
Академія, 2015. – 192 с.

Більшість думок і справ людини пов'язана із сім'єю. Цю грань її буття досліджує психологія сім'ї, що акумулює знання про психологічні виміри сімейного життя в різному часі й у різних культурних традиціях, методики психологічної роботи із сім'ями відповідно до фаз їхнього розвитку. Основні аспекти сім'ї як психологічного феномену розкриває пропонований навчальний посібник. У ньому йдеться про сім'ю як соціопсихологічну систему, її виховний потенціал, чинники стійкості і криз. Цінний теоретичний і прикладний матеріал зосереджений у розділах про психологію інтимних стосунків у подружній парі та розлучення, а також про психологічну допомогу сім'ям.



Курсінка, М.Ш.
Виховання
надзвичайної дитини:
порадник для батьків
надто активних,
емоційних, вразливих,
чутливих і наполегливих
дітей / М. Ш. Курсінка ; пер.
з англ. О. Синиця. – Київ :
Наш Формат, 2016. – 432 с.



Що робити, якщо ваша дитина надто активна, емоційна, вразлива, чутлива... словом, надзвичайна? У цій книжці талановитий педагог і дбайлива мама Мері Шіді Курсінка ділиться з батьками унікальним досвідом, інформацією і стратегіями виховання, набутими за багато років роботи в дитячому центрі. Вона допоможе вам зрозуміти причини дивної поведінки дитини, знайти її сильні та слабкі сторони, гасити конфлікти й емоційні атаки, обрати школу, вирішити проблеми із засинанням і прокиданням.



**Поліщук, В. М. Криза 7 років:
феноменологія, проблеми :** навч.
посіб. / В.М. Поліщук. – Суми :
Університетська книга, 2016. – 118 с.



У посібнику аналізується психологічна природа кризи 7 років як важливого закономірного етапу вікового розвитку особистості. У контексті культурно-історичної теорії Л.С. Виготського з'ясовується феноменологія поняття «вікові кризи», і зокрема «криза 7 років». Відокремлений типовий симптомокомплекс цього вікового періоду як системний показник внутрішніх перетворень особистості. З'ясовані типові чинники ризику в особистісному становленні дитини. Визначаються перспективи подальших досліджень кризи 7 років, інших вікових криз, особливо переходу від молодшого шкільного до підліткового віку та кризи 17 років.

**Кричківська, Т. Д.
Психологія аномального
розвитку:** навч. посіб.
/ Т. Д. Кричківська. – Київ :
КНТ, 2016. - 165 с.



У навчальному посібнику представлені основні теоретичні положення психології аномального розвитку, розкриті проблеми класифікації психічного дизонтогенезу та охарактеризовано його варіанти, проаналізовані проблеми порушень психічного розвитку дітей на різних вікових етапах, а також розкриті питання психологічної допомоги дітям з відхиленнями у розвитку.



Шановні читачі!

Якщо вас зацікавили книги, представлені
на цій виставці, чекаємо вас у читальному
залі факультету філології та масових
комунікацій наукової бібліотеки МДУ
за адресою:

м. Маріуполь, вул. Матросова, 5

