



PSIHOLOGIE

ACHIZIȚII RECENTE
octombrie – decembrie 2023

„Cunoașterea este prin ea însăși putere.”

FRANCIS BACON

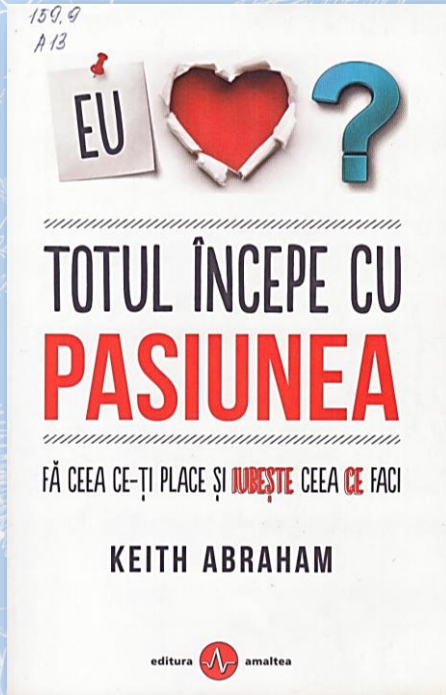


159.9 / A 13

Abraham, Keith

Totul începe cu pasiunea : fă ceea ce-ți place și iubește ceea ce faci. – București : Amaltea, 2018. – 260 p. : fig. – (Citește. Creează). – ISBN 978-973-162-178-4.

Total ex.: s13-1.



- I. **Însemnătatea** – Prezența siguranței în viața ta
Exemple de visuri de-o viață, 200 de exemple: Familie. Călătorii și aventură. Comunitate. Stil de viață. Dezvoltare personală. Afaceri și carieră. Financiar. Sănătate și fitness.
- I. **Punctele de reper** – Claritate: o calitate esențială în viață
- II. **Modul de gândire** – Cum să ai mai multă încredere în tine?
- III. **Elanul** – Cum să ai o viață completă?
Anexă: Idei – cunoștințe, informații, inspirație

Compania de coaching *Passionate Performance*:

www.passionatepeople.com

CEI 9 PAȘI NON-NEGOCIABILI
PENTRU O VIAȚĂ PASIONANTĂ

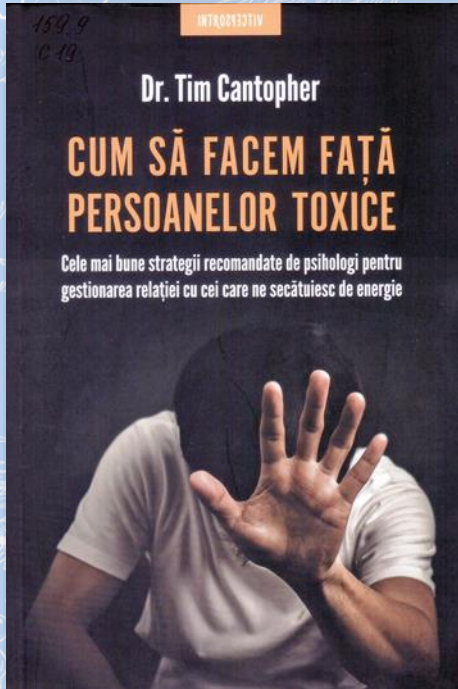


159.9 / C 19

Cantopher, Tim

Cum să facem față persoanelor toxice : Cele mai bune strategii recomandate de psihologi pentru gestionarea relației cu cei care ne secătuesc de energie / Tim Cantopher ; traducere din limba engleză de Andreea Rosemarie Lutic. – București : Litera, 2019. – 235 p. – (Introspectiv. Psihologie). – ISBN 978-606-33-3397-2.

Total ex.: sl3-1.



- I. Cum funcționează oamenii?
- II. Oamenii și locuri toxice
- III. Înfruntarea toxicității

Trei obiective pentru a supraviețui:

- ✓ trebuie să fii capabil să rămâi calm și prezent
- ✓ să nu te implicii în bătălii inutile
- ✓ să combați jocurile

159.9 / G 70

Gordon, James S.

Transformarea traumei : Calea către speranță și vindecare / James S. Gordon ; traducere din limba engleză de George Chiriță. – București : Lifestyle Publishing, 2022. – 447 p. – ISBN 978-606-789-335-9.

Total ex.: s13-1.



- Biologia traumei
- Tehnica Stomacul moale: liniștirea minții, trupului și spiritului (meditație)
- Acceptarea Speranței
- Scuturarea și dansul
- Toate emoțiile sunt inocente
- Pur și simplu conectează-te (sprijin social)
- Accesarea ghidului interior
- Împrietenește-te cu corpul tău
- Dieta pentru vindecarea traumelor
- Natura vindecă
- Râsul rupe vraja traumei
- Cercul vindecător
- Iertarea
- Dragostea, Sens și Scop

Centrul pentru Medicină
Mind-Body <https://cmbm.org/>

159.9 / K 22

Karol, Jim

O memorie excepțională / Jim Karol, Michael Ross; prefață de Daniel G. Amen ; traducere din engleză de Anastasia Ilie. – București : Curtea Veche Publishing, 2022. – 336 p. – (Biblioterapia). – ISBN 978-606-44-1168-6.

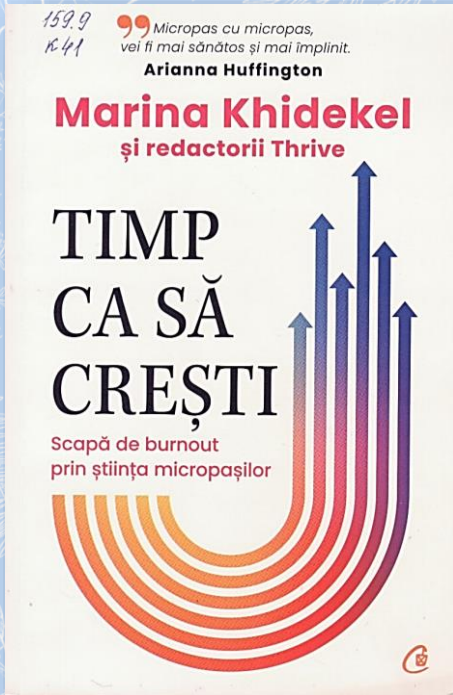
Total ex.: sl3-1.

- I. **Minte agilă la orice vârstă.**
- II. **Programul pentru o memorie excepțională:** Îmbinarea celor mai bune elemente din înțelegerea emoțională, studiul mentalismului, memorie, percepție, activitatea fizică, comportamentul nonverbal, creativitatea și intuiția, înlăturarea negativismului.

Anexă: cele mai bune jocuri de gândire și exerciții de memorie

- ✓Palatul memoriei;
- ✓Listă completă cu date, cifre și poezii pe care să le memorezi;
- ✓Listă completă de idei pentru dezvoltarea abilităților;
- ✓Matricea mintală cu celebrități;
- ✓Tehnici pentru reținerea numelor, fețelor și locurilor;
- ✓Jocuri de matematică.





159.9 / K 41
Khidekel, Marina

Timp ca să crești : Scapă de burnout prin știința micropașilor / Marina Khidekel ; cuvânt înainte de Arianna Huffington ; traducere din engleză de Bogdan Ghiurco. – București : Curtea Veche Publishing, 2022. – 333 p. – ISBN 978-606-44-1193-8.

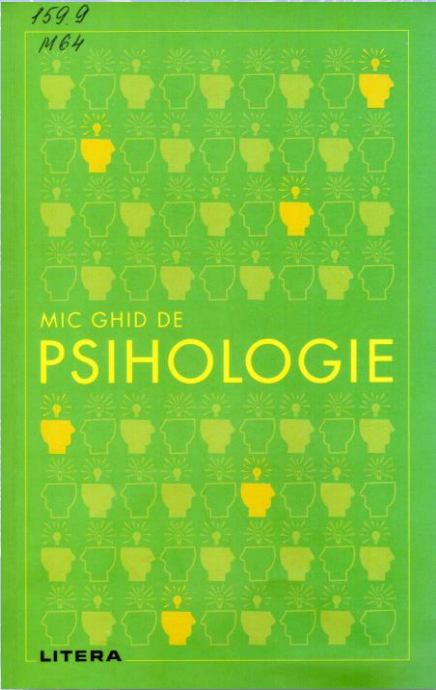
Total ex.: s13-1.

- Somnul
- Deconectarea și reîncărcarea
- Alimentația și hidratarea
- Mișcarea
- Concentrarea și prioritățile
- Comunicarea și relațiile
- Creativitatea și inspirația
- Scopul și sensul

Mic ghid de psihologie / Catherine Collin, Nigel Benson, Joannah Ginsburg [et al.] ; traducere din limba engleză: Crina Boitor. – București : Litera, 2021. – 208 p. : il., fot. – ISBN 978-606-33-7881-2.

Total ex.: sl3-1.

- Rădăcini filosofice: Cum a apărut psihologia?
- Behaviorism: A răspunde la mediul înconjurător
- Psihoterapie: Inconștientul determină comportamentul
- Psihologie cognitivă: Creierul care calculează
- Psihologie socială: A exista într-o lume a celorlalți?
- Psihologie a dezvoltării: De la prunc la adult
- Psihologie diferențială: Personalitate și inteligență



LA 24 DE ORE DUPĂ CE ÎNVĂȚAM CEVA, UITĂM DOUA TREIMI DIN CE AM ÎNVĂȚAT
HERMANN EYSINGHUS (1890-1960)

IN CONTEXT
Apariție: Studiul al memoriei

1885 Studiul lui Hermann Eysinghus asupra memoriei pe termen scurt și pe termen lung.

1922 Profesorul Eysinghus spune că memoria pe termen scurt este de aproximativ 20 de secunde.

1945 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1950 Psihologii Albert L. R. Taylor și John A. Taylor descoperă că memoria pe termen scurt este de aproximativ 20 de secunde.

1958 Hermann Eysinghus a devenit primul profesor care a utilizat termenul de "memorie pe termen scurt".

1960 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1965 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1970 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1975 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1980 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1985 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1990 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1995 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2000 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2005 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2010 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2015 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2020 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2021 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

RĂDĂCINI FILOSOFICE 27

LA 24 DE ORE DUPĂ CE ÎNVĂȚAM CEVA, UITĂM DOUA TREIMI DIN CE AM ÎNVĂȚAT
HERMANN EYSINGHUS (1890-1960)

IN CONTEXT
Apariție: Studiul al memoriei

1885 Studiul lui Hermann Eysinghus asupra memoriei pe termen scurt și pe termen lung.

1922 Profesorul Eysinghus spune că memoria pe termen scurt este de aproximativ 20 de secunde.

1945 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1950 Psihologii Albert L. R. Taylor și John A. Taylor descoperă că memoria pe termen scurt este de aproximativ 20 de secunde.

1958 Hermann Eysinghus a devenit primul profesor care a utilizat termenul de "memorie pe termen scurt".

1960 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1965 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1970 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1975 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1980 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1985 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1990 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1995 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2000 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2005 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2010 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2015 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2020 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2021 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

CEEA CE UN OM POATE SĂ FIE TREBUIE SĂ FIE
ABRAHAM MASLOW (1908-1970)

IN CONTEXT
Apariție: Psihologia umană

1908 Abraham Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

1954 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

1958 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

1962 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

1968 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

1970 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

1975 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

1980 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

1985 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

1990 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

1995 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

2000 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

2005 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

2010 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

2015 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

2020 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

2021 Maslow este primul care folosește termenul de "nevoia de a fi".

PSIHOTERAPII 81

LA 24 DE ORE DUPĂ CE ÎNVĂȚAM CEVA, UITĂM DOUA TREIMI DIN CE AM ÎNVĂȚAT
HERMANN EYSINGHUS (1890-1960)

IN CONTEXT
Apariție: Studiul al memoriei

1885 Studiul lui Hermann Eysinghus asupra memoriei pe termen scurt și pe termen lung.

1922 Profesorul Eysinghus spune că memoria pe termen scurt este de aproximativ 20 de secunde.

1945 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1950 Psihologii Albert L. R. Taylor și John A. Taylor descoperă că memoria pe termen scurt este de aproximativ 20 de secunde.

1958 Hermann Eysinghus a devenit primul profesor care a utilizat termenul de "memorie pe termen scurt".

1960 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1965 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1970 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1975 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1980 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1985 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1990 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

1995 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2000 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2005 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2010 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2015 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2020 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

2021 Eysinghus este primul care folosește termenul de "memorie pe termen scurt".

159.9 / M 89

Morin, Edgar

Lecții dint-un secol de viață / Edgar Morin ; traducere din franceză de Anca-Maria Pănoiu. – București : Curtea Veche Publishing, 2022. – 139 p. – ISBN 978-606-44-1323-9.

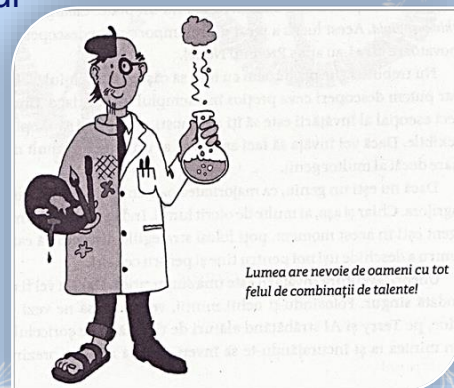
Total ex.: sI3-1.



- Identitatea singulară și multiplă
- Neprevăzutul și incertitudinea
- Știința de a trăi
- Complexitatea umană
- Experiențele mele politice; în iureșul secolului
- Experiențele mele politice; noile pericole
- Greșeala de a subestima greșeala

„Ca să îmbătrânești frumos, trebuie să păstrezi vii în tine curiozitatea copilăriei, aspirațiile adolescenței, responsabilitățile maturității și, în procesul de îmbătrânire, să încerci să extragi experiența epocilor trecute.”

EDGAR MORIN



159.9 / O 11

Oakley, Barbara

Învăț să înveți : Cum să ai rezultate la școală în mod eficient / Barbara Oakley, Terrence Sejnowski, Alistair McConville ; Ilustrații de Oliver Young ; traducere din engleză de Bogdan Ghiurco. – București : Curtea Veche Publishing, 2022. – 247 p. – ISBN 978-606-44-1309-3.

Total ex.: s13-1.



- Cum poți să obții o gândire creativă și inovativă?
- De ce uneori e bine să lași mintea să hoinărească?
- Învățare în somn;
- Cum să îți dezvoltți creierul?
- Cum jocurile video te ajută să te concentrezi mai bine?
- Cum să memorezi mai ușor cu ajutorul imaginilor nostime?
- Cum să ai rezultate bune la teste?
- Cum să nu mai amâni pe mâine ce trebuie să faci azi?

159.9 / V 24

Vanderkam, Laura

168 de ore : Ai mai mult timp decât crezi / Laura Vanderkam ; traducere din engleză de Edith Negulici. – București : Curtea Veche Publishing, 2022. – 402 p. – ISBN 978-606-44-1311-6.

Total ex.: s13-1.



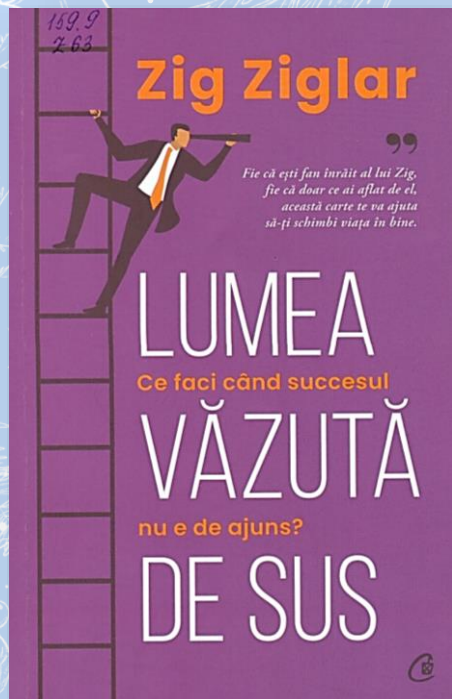
- I. **Cele 168 de ore ale tale** : Competențele tale de bază
- II. **La muncă** : Mediul, programul de lucru, anatomia succesului în carieră
- III. **Acasă** : Noua economie domestică
- IV. **168 de ore, de la o zi la alta** : există timp pentru orice lucru care contează

159.9 / Z 63

Ziglar, Zig

Lumea văzută de sus : Ce faci când succesul nu e de ajuns? / Zig Ziglar ; traducerea din engleză de Raluca Ionescu. – București : Curtea Veche Publishing, 2022. – 220 p. – (Colectia Carti Chei). – ISBN 978-606-44-1182-2.

Total ex.: s13-1.



- Motivație
- Imaginație
- Succes
- Valoare și spiritualitate

„Obținem succesul atunci, când reușim să ne maximalizăm potențialul și talentul.”

ZIG ZIGLAR




159.9 / К 89

Кузина, Светлана

Психология влияния и обмана: инструкция для манипулятора / Светлана Кузина. – Москва : АСТ, 2021. – 351 с. : фот., фигуры. – (Практический тренинг). – ISBN 978-5-17-111735-1.

Total ex.: sl3-1.

- I. Trăsături care dezvăluie caracterul unei persoane
- II. Mersul, felul de a se îmbrăca, scrisul de mână - învățați să înțelegeți dintr-o privire
- III. Cum să afli cele mai ascunse secrete ale unei persoane?
- IV. Cum să ghiciți gândurile interlocutorului?



Realizat de:
Margarita IULIC, bibliotecară,
Secția de Relații cu publicul,
Biroul Săli de lectură, BȘ a USARB

Redactor:
Ala Lîsîi, bibliotecară,
Secția de Relații cu publicul,
BȘ a USARB

Bălți, 2023

Coloana sonoră:

<https://useraudio.net/search/%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B0%D0%B%D1%8C%D0%BD%D0%B0%D1%8F-%D0%BC%D1%83%D0%B7%D1%8B%D0%BA%D0%B0?page=11>