

Центральная городская публичная библиотека  
им. М.Горького  
Информационно-библиографический отдел

# **Познай свои возможности (популярная психология)**

**рекомендательный список литературы**

**Краматорск, 2011**

**Укладачі:**

**Горлова О.М.  
Побєдаш Г.А.**

**Комп'ютерний набір:**

**Труш Н.В.**

**Відповідальний за випуск:**

**Труш Н.В.**

**Айзенк, Г. Й.** Тесты IQ [Текст] : пер. с англ. / Г. Й. Айзенк. - М. : Астрель; АСТ, 2005. - 256 с. - (Практическая психология).

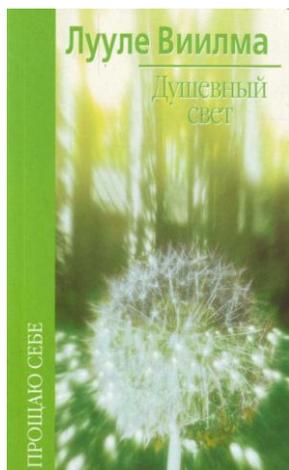
*Имеются экземпляры в отделах: АБ*



**Беттджер, Ф.** Удачливый торговец, или Как я преумножил свои доходы и счастье, занимаясь продажей [Текст] / Ф. Беттджер. - М. : ФАИР-ГРАНД, 2000. - 320 с. - (Настольная книга бизнесмена).

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

Практический опыт, идеи, стиль и техника автора исключительно важны для каждого, кто хочет преуспеть в торговле в кратчайший срок и избежать обычных ошибок и неудач в этом непростом деле. Однако эта полезная и увлекательная книга очаровывает и вдохновляет не только коммерсантов, но и всех, стремящихся подняться хоть на ступеньку выше в своих делах, в своей жизни, сделать себя человеком с большой буквы, мастером своего дела.



**Виилма, Л.** Душевный свет [Текст] / Л. Виилма. - Екатеринбург : У-Фактория, 2000. - 240 с.

*Имеются экземпляры в отделах: АБ*

Автор серии книг, специалист с многолетним опытом в области медицинских и духовных практик, рассказывает о разработанном ею учении. Суть его состоит в том, что, научившись правильно думать и прощать себя в самом широком смысле, человек обретает здоровье, счастье и душевный покой. Учение Л. Виилмы изложено в пяти книгах (три из них в двух частях). Вашему вниманию предлагается первая

книга.

**Гримак, Л. П.** Общение с собой [Текст] : начала психологии активности / Л. П. Гримак. - М. : Политиздат, 1991. - 320 с.

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*



Вводя читателя в круг проблем, связанных с пониманием природы и механизмов общения с собой (автокоммуникации), автор, известный психофизиолог, акцентирует внимание на наиболее часто встречающихся "трудных" состояниях психики человека (стрессы, фобии, фрустрации, монотония), методах и методиках их коррекции и профилактики - психосоматической регуляции, медитации, самогипнозе, аутотренинге и др. Книга является своеобразным продолжением ранее вышедшей двумя изданиями и переведенной на ряд иностранных языков работы Л.П.Гримака "Резервы человеческой психики".



**Донченко, О. А.** Архетипи соціального життя і політика [Текст] : (Глибинні регулятиви психополітичного повсякдення) / О. А. Донченко, Ю. В. Романенко. - К. : Либідь, 2001. - 334 с.

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

Книгу присвячено проблемам поза індивідуального, над особистісного буття людських спільнот, архетипової детермінації української та російської псих окултур.



**Донченко, Е. А.** Фрактальная психология : доглубинные основания индивидуальной и социетальной жизни [Текст] /Е. А. Донченко. - К. : Знання, 2005. - 323 с.

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

Это третья книга известного ученого-психолога, посвященная самым фундаментальным вопросам психосоциальной науки — природе, функциям и реальному воздействию на жизнь человека двух базовых детерминант — индивидуальной и коллективной психики.

Стремясь к научному разрешению загадки глубинных механизмов, лежащих в основе жизнедеятельности человека и общества, автор предпринимает попытку синтеза новейших достижений в психологии, социологии, физике и математике. Проблемы самоорганизации носителей психического, расшифровки

психогенетического кода человека и общества, психоинформационной природы предпочтений, ценностных ориентаций, политических, научных и культурных идеологий и др. рассматриваются в полипарадигмальном пространстве.

Книга адресована широкому кругу серьезных читателей, и прежде всего психологам, социологам, философам, политологам, политикам, журналистам, другим специалистам в области гуманитарных наук.



**Секрет Карнеги. Как перестать беспокоиться и начать жить [Текст].** - Минск : "Парадокс", 1997. - 416с. - ("Поле Чудес:бизнес").

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

Книга "Как перестать беспокоиться и начать жить", посвящена способам преодоления стрессов и тому, как активизировать в себе здоровый смысл. Эта книга не открывает каких-либо абсолютно новых вещей, неизвестных о человеческой природе; она содержит краткие и емкие советы по тому, как лучше себя вести, чтобы завоевать интерес и симпатию окружающих.

Популярность и жизненность теории Карнеги помогла многим его читателям. Дейл Карнеги жил по принципу, что нет плохих людей, а есть неприятные обстоятельства, с которыми можно бороться, и совсем не стоит из-за них портить жизнь и настроение окружающим.

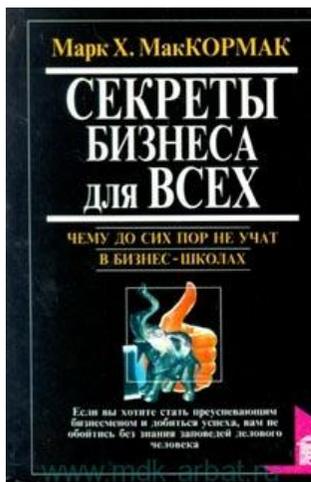
**Клизовский, А.** Основы миропонимания новой эпохи [Текст] / А. Клизовский . - М. : АСТ, 2005. - 702 с. - (Духовные учителя).

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*



Откуда мы пришли, куда идем, какая цель существования человека на земле? А.И.Клизовский — ученик и последователь Е.И.Рерих и Н.К.Рериха. Его книга «Основы миропонимания Новой Эпохи» — первый опыт масштабного философского осмысления космической эволюции человечества и единых законов жизни на основе Учения Живой Этики и Теософии. Автор, беззаветно преданный светлым идеям

Учения, пробуждает мысль, вводит в область высшего знания, дарит радость приобщения к великим идеям Посвященных, готовит дух человечества к встрече Новой Эры, призывающей Нового Человека.



**Марк Х. Мак Кормак** Секреты бизнеса для всех. Чему до сих пор не учат в бизнес-школах [Текст] / Марк Х.МакКормак. - М. : Вече, АСТ, 1997. - 400с. - (Познай себя).

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

Если вы хотите стать преуспевающим бизнесменом вам потребуется не только высшее образование, но также интуиция, деловая хватка. Ключ к пониманию того, как добиться успеха, подарит вам книга известного американского специалиста в сфере бизнеса Марка Х. Мак Кормака.

**Михайлюта, О. О.** Ясновидец Дід Петро [Текст] / О. О. Михайлюта. - к : Журналіст України, 2005. - 472 с.

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

Це популярна розповідь про народного цілителя, провидця і заступника України Петра Дементійовича Утвенка з Житомирщини, якого природа наділила дивовижним даром бачити та лікувати людські недуги безконтактним методом, силою свого енергополя, лікарськими травами. У світі йому не було рівних. Адже П.Утвенко міг попередити людину про небезпечний день у її житті, мігвилікувати будь-яку жінку від безпліддя або злякисних пухлин, міг «замкнути» автомобіль або сказати міліціонерам, де шукати злочинця... Феномен Діда Петра привертав увагу найвищого керівництва СРСР, свого часу діагностував та лікував усіх членів Політбюро ЦК КПУ, в нього були В.Щербицький, О.Ватченко, Б.Олійник, О.Мороз, І.Плющ, генеральні прокурори, дипломати багатьох іноземних держав. Восени 2004 року в Діда Петра побували В.Литвин та В.Ющенко. На жаль, до його порад один з них не прислухався, тому й лихоманить суспільство... Кілька разів П.Утвенка зманювали до США. Він не поїхав.

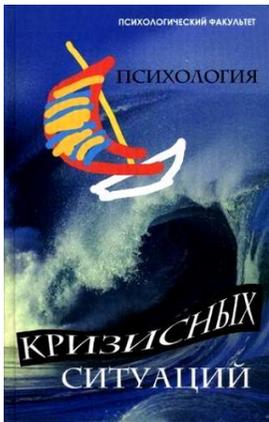
Книга створена з благословення Діда Петра: «В час добрий». Нашого ясновидця знає і визнає увесь світ.

**Основи практичної психології** [Текст] : підручник для вузів.  
- 3-тє вид., стер. - К. : Либідь, 2001. - 536 с.

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

Книжка являє собою спробу визначення та систематизації теоретично-методологічних засад практичної психології. Матеріал, ґрунтований на кращих надбаннях психологічної думки та досвіду, поданий таким чином, аби максимально забезпечити засвоєння специфіки роботи практичних психологів, проблем їхнього професійного та особистісного формування.

Для студентів, викладачів, практикуючих психологів, соціальних працівників, педагогів, усіх, хто цікавиться практичною психологією.



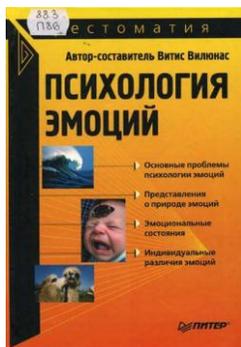
**Психология кризисных ситуаций** [Текст] / В. Б. Шапарь. - Ростов н/Дону : Феникс, 2008. - 452 с. - (Психологический факультет).

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

Не стоит думать, что кризис всегда и непременно связан с экстремальной ситуацией. Данная книга разъясняет психологический механизм различных кризисных ситуаций и предлагает стратегию преодоления сопутствующих им психических травм. Может он возникать и на фоне тревоги: смерти и судьбы, вины и осуждения, тревоги пустоты и утраты смысла жизни. Кризис бывает и возрастной, и связанный с потерей близких, и возникший на фоне крушения базовых иллюзий, и как результат жестокого обращения с человеком, и в результате террора. Книга предназначена как для специалистов-психологов, занимающихся вопросами кризисной психологии, так и для широкого круга читателей.

**Психология эмоций** [Текст] : тексты / под ред. В. К. Вилюнаса. - М. : Изд-во МГУ, 1984. - 288 с.

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*



В хрестоматию включены отрывки из классических сочинений и современных работ, знакомящих с главными направлениями и результатами исследования эмоций в психологии. Наряду с теоретическими текстами, обсуждающими принципиальное значение эмоций, книга содержит работы, знакомящие с отдельными эмоциональными состояниями (счастье, радость, симпатия, любовь, смех, страх действия, тревога, печаль, горе, агрессия) и индивидуальными особенностями эмоциональной жизни человека.

Книга предназначена для специалистов, студентов, а также всех читателей, желающих познакомиться с историей и современным состоянием психологии эмоций.



**Разисом В.** Ищу себя [Текст] : Сб.тестов / Разисом В. - СПб. : Питер, 2003. - 224с. - (Сам себе психолог).

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

30-летний стаж научно-практической работы. Работал с людьми экстремальных профессий (в частности, с космонавтами). С 1995 по 2001 г. – внештатный ведущий эксперт по психологии и маркетингу ГЦМИ (Государственный центр маркетинговых исследований, Москва). В настоящее время работает в Центре практической психологии "Доверие-2", Великий Новгород. Что означает "найти себя" или реализовать себя в этой жизни? Почему не всем это удастся? На эти непростые вопросы отвечает предлагаемая книга. По мнению опытного психолога, нужно прежде всего - познать самого себя. Процесс самопознания помогает человеку найти и понять свою истину, свое благо, свою пользу, свой путь к успеху. Опираясь на неповторимый жизненный опыт, размышляя и познавая себя, каждый человек может сделать собственную жизнь достойной и счастливой.

**Роменец В.А.** Психология творчества [Текст] : Навч.посібник для вузів / Роменец В.А. - 2-е вид.,доп. - К.: Либідь, 2001. - 288с.

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*



**Рахматшаева, В. А.** Грамматика общения (Школа для родителей) [Текст] / В. А. Рахматшаева. - М. : Семья и школа, 1995. - 188 с.

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*



**Савельев, И. В.** Синдром хронической усталости, порча, сглаз [Текст] : диагностика и целительство / И. В. Савельев. - М. : Гранд, 2001. - 238 с. - (Жемчужина).

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

Защита от различных негативных энергетических воздействий, повышение иммунитета, диагностика энергетически-инфекционных болезней, а также практические советы по самоисцелению, успешному преодолению синдрома хронической усталости и исправлению кармы – все изложено в этой книге, которая, несомненно, будет полезна широкому кругу читателей.

Несомненное достоинство книги состоит в том, что каждый может осуществить диагностику и лечение тяжелейших заболеваний, а также защититься от них, следуя рекомендациям автора.

Книга рассчитана на широкий круг читателей, поскольку ее тема - сама жизнь, а И. В. Савельев дает материал, который, в отличие от некоторых зарубежных авторов, не "учит жить с синдромом хронической усталости", а помогает избавиться от этого "синдрома" и от других не менее тяжелых заболеваний.

**Свияш, А. Г.** Советы брачующимся, замужним и страстно желающим замужиться [Текст] / А. Г. Свияш, Ю. Свияш. - М. : АСТ; Астрель, 2007. - 340 с.

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*



Александр Свияш - писатель психолог, создатель уникальной методики взаимодействия человека с окружающим миром и бесконфликтного достижения целей, автор более десяти бестселлеров, изданных в России и за рубежом, тираж которых уже превысил 5 миллионов. Эти книги помогли изменить жизнь к лучшему сотням тысяч людей.

В этой книге, построенной на основе анализа множества реальных ситуаций, вы найдете описания большинства ошибок, которые совершают люди в сфере личной и семейной жизни, и рекомендации, как их избежать.

**Свияш, А. Г.** Здоровье в голове, а не в аптеке [Текст] / А. Г. Свияш. - М. : Центрполиграф, 2008. - 320 с. - (Разумный путь).

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

В своей новой книге А. Свияш объясняет, откуда берутся болезни, рассказывает об универсальном алгоритме излечения, дает рекомендации по работе с физическим телом и внутренними энергиями. Практические приемы и методики помогут избавиться от эмоционального негатива, вы познакомитесь с обзором всех существующих подходов к оздоровлению и излечению, сможете подобрать модель, которая идеально подходит для вас. Следуя советам автора, вы обретете реальный путь для возвращения красоты, молодости и здоровья



**Свияш, А. Г.** 90 шагов к счастливой жизни.

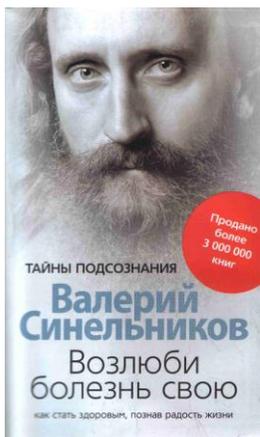
От Золушки до принцессы [Текст] / А. Г. Свияш. - М. : Центрполиграф, 2007. - 328 с. - (Разумный путь).

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*



Эта книга — путеводитель и инструктор на пути к счастливой жизни. Но работать придется целых три месяца. Это набор шагов, которые нужно совершить, чтобы от состояния неуверенности в себе и создания образа несчастной Золушки прийти к состоянию счастливой принцессы и

остаться ею навсегда. Книга написана для девушек от тринадцати до восемнадцати лет, испытывающих большие переживания по поводу своей дефектности. Допустимо для использования в любом возрасте.



**88.3**

**С38**

**Синельников, В. В.** Возлюби болезнь свою [Текст] / В. В. Синельников. - М. : Центрполиграф, 2005. - 396 с. - (Тайны подсознания). -

*Имеются экземпляры в отделах: всего 5 : КХ (2), Ф17 (1), Ф18 (1), Ф9 (1)*

В.В. Синельников — известный практикующий психотерапевт, психолог, гомеопат, автор уникальных по простоте и эффективности целительных психологических методик, которые помогли тысячам людей вернуть здоровье, повысить благосостояние, познать радость жизни. Из его книги вы узнаете, как научиться использовать силы своего подсознания для того, чтобы простить и избавиться от чувства вины, справиться с депрессией и изгнать ревность, излечиться от множества заболеваний и стать удачливым. Книга обладает целительной силой, и позитивное воздействие начинается с того момента, как только вы возьмете ее в руки.

**Томан, І.** Як удосконалювати самого себе [Текст] : пер. з чес. / І. Томан. - К. : Політвидав України, 1984. - 240 с.

*Имеются экземпляры в отделах: АБ*



**Кэбот Т.** Женские секреты [Текст] : Как сохранить любовь / Кэбот Т. - М. : Эксмо-пресс; Яуза, 2000. - 416с.

*Имеются экземпляры в отделах: АБ*

"Книга Трейси Кэбот посвящена вечной и трагической теме женского одиночества. Автором книги разработаны и опробованы эффективные психологические методики, позволяющие любой женщине обрести долгожданного спутника жизни. Для широкого круга читателей".



53.59

**Травинка, В. М.** Разыщи в себе радость [Текст] / В. М. Травинка. - СПб. : Питер, 2010. - 192 с. - (Тропинка к здоровью).

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

Эта книга о том, как вызволить себя из тяжких хвороб, порушить страшные диагнозы эскулапов; о том, как, не заходя в поликлинику и минуя аптеку, можно многое в себе поправить, поскольку сама природа подарила человеку силы необъятные. Главный закон Валентины Травинки таков: прислушайтесь к себе, и вы сами найдете тот путь, который приведет вас к здоровью. И эта книга обязательно вам поможет! Откройте ее, и она расскажет: - как избавиться от болезней, не пользуясь таблетками; - как отодвинуть старость и похорошеть без косметики; - как лечиться при помощи воды, глины, меди, трав.

**Уоррен С.,Томпсон А.** Если тебя бросили [Текст] : Как залечить разбитое сердце и начать новую жизнь / Уоррен С.,Томпсон А. - Х. : Клуб, 2000. - 240с.

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

**Форвард С.,Торрес Дж.** Люблю и ненавижу [Текст] / Форвард С.,Торрес Дж. - Минск:"Интер-Дайджест", Смоленск : Эхо, 1997. - 317с. - (Библиотека настольных книг).

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

**Шевченко, О. Т.** Психологія кризових станів. Уроки життя крізь призму страждань [Текст] : Навч.посібник для вузів / О. Т. Шевченко. - К. : Здоров'я, 2005. - 120 с.

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

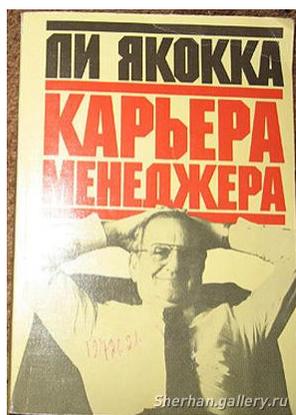
**Шейнов, В. П.** Психотехнологии влияния [Текст] : технология скрытого управления людьми / В. П. Шейнов. - М. ; Мн. : АСТ; Харвест, 2005. - 448 с.

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*



Единый подход к психотехнологиям влияния сделал изложение каждой из них в книге более прозрачным и легким для освоения, а большое число практических примеров поможет читателю применять соответствующие техники на практике. В настоящей книге описаны психотехнологии влияния, доказавшие на практике свою эффективность: технология скрытого управления людьми, нейролингвистическое программирование, трансактный анализ и методы убеждения. Книга адресована руководителям, менеджерам, деловым

людям, преподавателям — всем, кому помогает в работе умение влиять на людей.



**Якокка Ли** Карьера менеджера  
[Текст] / Якокка Ли. - Минск : "Парадокс",  
1996. - 432с. - ("Поле Чудес:бизнес").

*Имеются экземпляры в отделах: КХ*

Вам предстоит прочитать рассказ о человеке, на долю которого выпало больше успехов, чем ему причиталось. Но пришлось ему пережить и весьма тяжелые времена. В действительности, когда я оглядываюсь на свои тридцать восемь лет пребывания в автоиндустрии, день, который больше всего врезался мне в память, не имеет ничего общего с новыми автомобилями, продвижениями по служебной лестнице и прибылями.

## **Узнавая свои возможности** (популярные психологические статьи)

**Агеева, А. Л.** Память и мышление старшеклассников: возрастные и гендерные особенности [Текст] / А. Л. Агеева, Е. В. Заика // Практична психологія та соціальна робота. - 2008. - **№ 1**. - С. 9-13. - Библиогр. в конце ст.

**Кл.слова:** метод Джекобса, тест Липпмана

**Агеева, А. Л.** Методы исследования мышления [Текст] / А. Л. Агеева // Практична психологія та соціальна робота. - 2009. - **№ 5**. - С. 38-50. - Библиогр. в конце ст.

**Кл.слова:** вербальное, наглядно-образное мышление, ассоциативный тест, Методика "Пиктограмма" (Лурия)

**Батурич, Н. А.** Универсальная методика для изучения уровня и структуры интеллекта / Н. А. Батурич // Вопросы психологии. - 2005. - **№5**. - С. 131-139.

**Кл.слова:** психодиагностика, разработка теста, психометрические критерии, стандартизация

**Гуревич, К. М.** Проблемы развития современной психологической диагностики / К. М. Гуревич // Вопросы психологии. - 2006. - **№5**. - С. 14-22. - Библиогр. в конце ст.

**Кл.слова:** Психодиагностика, тесты, интеллектуальные способности, дифференциально-психологический подход

**Зубаль, Н. Г.** Матеріали діагностичного дослідження розвитку учнів та учнівських колективів [Текст] / Н. Г. Зубаль // Практична психологія та соціальна робота. - 2010. - **№ 4**. - С. 58-62

**Кл.слова:** диагностика учебных коллективов, самооценка организованности, анкеты, тесты

**Клібайс, Т. В.** Методика визначення адаптивних можливостей атрибутивного стилю особистості: експериментальне обґрунтування [Текст] / Т. В. Клібайс // Практична психологія та соціальна робота. - 2008. - **№ 2**. - С. 64-67. - Библиогр. в конце ст.

**Кл.слова):** тест Селигмана, методика Фонхама, Гилфорд, атрибутивный стиль

**Мартиненко, С.** Діагностичні тестові методики визначення типу темпераменту учнів [Текст] / С. Мартиненко // Початкова школа. - 2009. - **№ 5**. - С. 55-58. - Библиогр. в конце ст.

**Кл.слова):** определение тип темперамента учеников, психология, тест-опросник "Круг" по Г.Айзенку, опросник Русалова В.,

**Махортова, Г.** Эмоциональная напряженность [Текст] : к проблеме диагностики внутренней жизни ребенка / Г. Махортова // Дошкольное воспитание . - 2010. - **№ 1**. - С. 21-32

**Кл.слова :** диагностика внутренней жизни ребенка, тест Дюсс-Десперта, степень напряженности

**Носс, И. Н.** Диагностические возможности графического теста "дерево" К.Коха / И. Н. Носс // Вопросы психологии . - 2006. - **№2**. - С. 148-156. - Библиогр. в конце ст. -

**Кл.слова:** акцентуация характера, психология

**Петухова, І. О.** Внесок українських педагогів в розвиток методу тестів в 20-30 рр. ХХ ст. [Текст] / І. О. Петухова // Практична психологія та соціальна робота . - 2010. - **№ 3**. - С. 67-75. - Библиогр. в конце ст.

**Кл.слова):** история педагогики, оценка школьных достижений, ученики, тесты, Залужный, Костюк Г,

