

TOMASS ERIKSONS

## APKĀRT VIENI VIENĪGI IDIOTI!

Četri cilvēku uzvedības modeļi un padomi,  
kā ar katra tipa pārstāvjiem veiksmīgi komunicēt darbā (un ikdienā)



Miljoniem  
lasītāju visā  
pasaulē nevar  
klūdīties –

## Tomass Eriksons. Apkārt vieni vienīgi idioti!

Zvaigzne ABC, 2019

LCB e-katalogā



3td e-grāmatu bibliotēkā



Apkārt vieni vienīgi idioti! Četri cilvēku uzvedības modeļi un padomi, kā ar katra tipa pārstāvjiem veiksmīgi komunicēt darbā (un ikdienā) Vienkārša, revolucionāra metode, kā saprast apkārtējos Bieži vien tā sauktie “idioti” ir vienkārši cilvēki, kas izturas un komunicē citādi nekā mēs. Zviedru komunikācijas eksperts Tomass Eriksons izdala četrus tipus: - Sarkanie – dominējoši un valdonīgi; Dzeltenie – sabiedriski un optimistiski; Zaļie – draudzīgi un relaksēti; Zilie – precīzi un analītiski. Ja saprotam katra kolēģa, drauga un ģimenes locekļa rakstura iezīmes, attiecības veidojas daudz veiksmīgāk.



## Alise Kindzule. Ar uzturu uz tu

Latvijas Mediji, 2019

LCB e-katalogā



Grāmatā atradīsiet jaunākajos pētījumos balstītas atziņas par to, kas veido uzturu:

- kā gudri kombinēt produktus?
- kas ietekmē ēšanas paradumus un uztura izvēles?
- kā domas ietekmē uzvedību?
- kas bērnam būs garšīgi un veselīgi?
- kuri ēdieni mazina stresu un ārstē?
- kā nepārēsties svētkos?
- kādā šķīvī pasniegt ēdienu ir veselīgi?

## Маленькое счастье

как жить,  
чтобы все было  
хорошо

5-е, подарочное издание

с пожеланиями  
от

Анны Кирьяновой

## Анна Кирьянова. Маленькое счастье

Бомбора, 2019

LCB e-katalogā



Анна Кирьянова умеет исцелять душевные раны. Истории, которые она рассказывает, радуют и задевают за живое, учат и вдохновляют. Читатели ее блога через строчку пишут слова благодарности за ту надежду на лучшее, веру в чудеса и любовь к жизни, которая рождается после чтения ее текстов. К тому же, практикующий психолог и философ Анна Кирьянова обладает настоящим литературным даром, поэтому читать ее легко и просто. В этой книге собраны лучшие истории о любви, счастье и доброте.

СОЛНЕЧНАЯ ДОРОГА 



Игорь Кудрявцев

## СИЛА МЫСЛИ

КАК ОБРЕСТИ  
СОСТОЯНИЕ «МИР»:  
ИСТОЧНИК ЭНЕРГИИ,  
ГАРМОНИИ И ЗДОРОВЬЯ

### Игорь Кудрявцев. Сила мысли

Zvaigzne ABC, 2019

LCB e-katalogā



Книга посвящена Силе Жизни – энергии, что пронизывает всю Вселенную и есть во всем живом. В этой книге описаны три составные части Солнечного Цигуна – утреннее пробуждение, работа с суставами и статический цигун, укрепляющий спину и дающий спокойствие. Кроме того, в книге подробно описано, как сформулировать свою цель и достичь ее. Есть много интересного об энергетических центрах, активных точках и Энергетической защите, за которую отвечает вэй ци, «внешняя энергия» – китайцы умеют ее укреплять, а вот мы пока не очень – теперь научимся!

ПОСМОТРИ  
ПРАВДЕ  
В ГЛАЗА

## КРАСНАЯ ТАБЛЕТКА

КНИГА ДЛЯ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО МЕНЬШИНСТВА

## Андрей Курпатов. Красная таблетка. Посмотри правде в глаза!

Капитал, 2019

LCB e-katalogā



Порой мы чувствуем, что живём не своей жизнью. Словно какой-то сбой в Матрице: мучаемся от одиночества, бессмысленности жизни, не понимаем своих истинных желаний. Мы хотим прожить другую - лучшую - жизнь. Но не знаем как. Такова правда. Кто-то готов выбрать "красную таблетку" правды, а кто-то продолжает травить себя "синей" - иллюзиями и неведением. "Синюю таблетку", кстати, даже выбирать не надо - она дана нам по умолчанию. А вот "красную" нужно и выбрать, и проглотить, и пережить непростой процесс внутреннего изменения.



## Андрей Курпатов. Троица. Будь больше самого себя

Академия смысла, 2018

LCB e-katalogā  



"Троица" - третья книга серии, которая посвящена трём типам мышления. Нам кажется, что другие люди думают так же, как и мы. Это естественно, потому что они пользуются теми же словами и сформировались в той же культуре, что и мы с вами. Как тут заметишь разницу? Но на самом деле это три совершенно особенных типа людей, и каждый, в зависимости от своей нейрофизиологии, думает по-своему. Троица типов - это центристы, конструкторы и рефлекторы. Особенности их мышления обусловлены физиологически, а потому поменять свой тип мышления невозможно.

Но прочитав "Троицу" вы сможете:

- лучше понять себя и использовать свой интеллектуальный ресурс в полной мере;
- понять, почему другие люди думают иначе и как именно они это делают;
- использовать дополнительные инструменты мышления, о которых вы даже не подозревали!

Будь больше самого себя!

## Хочу и буду

Принять себя, полюбить жизнь  
и стать счастливым

Михаил  
Лабковский

## Михаил Лабковский. Хочу и буду

Альпина-Паблишер, 2017

LCB e-katalogā



Психолог Михаил Лабковский абсолютно уверен, что человек может и имеет право быть счастливым и делать только то, что он хочет. Его книга о том, как понять себя, обрести гармонию и научиться радоваться жизни. Автор исследует причины, препятствующие психически здоровому образу жизни: откуда в нас осознанные и бессознательные тревоги, страхи, неумение слушать себя и строить отношения с другими людьми? Отличительная черта подхода Лабковского - в конкретике. Цель издания этой книги - личное счастье каждого, кто ее прочитает.

Tomass Likona

## KĀ IZAUDZINĀT LAIPNUS BĒRŅUS

un pretī iemantot cieņu, pateicību  
un laimīgāku ģimeni

## Tomass Likona. Kā izaudzināt laipnus bērnus

Avots, 2019

LCB e-katalogā



Jaunākajā darbā, Ņujorkas Universitātes izglītības profesors Kortlendā, Rakstura izglītības centra vadītājs, balstoties uz savu pieredzi bērnu un mazbērnu audzināšanā, vēlas mainīt bērnu dzīvi, palīdzot izveidot labu raksturu, iemācīt cienīt citus cilvēkus, just cieņu pret indivīdu tiesībām, pakļauties likumiem, rūpēties par kopējo labumu. Grāmata uzrunā gan laicīgu, gan ticīgu ļaužu grupas visā pasaulē, izklāstot tematu par to, kā ģimenēs, skolās un kopienās ieaudzināt bērniem labu raksturu.

БЕСТСЕЛЛЕР *THE NEW YORK TIMES*

## ТОНКОЕ ИСКУССТВО ПОФИГИЗМА

ПАРАДОКСАЛЬНЫЙ СПОСОБ ЖИТЬ СЧАСТЛИВО



МАРК МЭНСОН

## Марк Мэнсон. Тонкое искусство пофигизма

Альпина-Паблишер, 2018

LCB e-katalogā



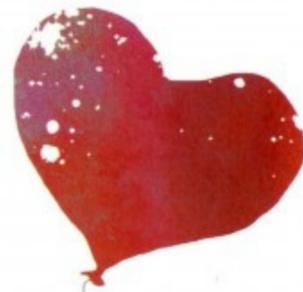
Современное общество пропагандирует культ успеха: будь умнее, богаче, продуктивнее - будь лучше всех. Как же стать по-настоящему счастливым? Популярный блогер Марк Мэнсон предлагает свой, оригинальный подход к этому вопросу. Его жизненная философия проста - необходимо научиться искусству пофигизма. Определив то, до чего вам действительно есть дело, нужно уметь наплевать на все второстепенное, забыть на трудности, послать к черту чужое мнение и быть готовым взглянуть в лицо неудачам и показать им средний палец.

” Autore raksta par būtiskāko, kas jāzina visiem vecākiem.

JESPERS JŪLS

## HEDVIGA MONTGOMERIJA

*Septiņi vienkārši soļi  
veiksmīgai bērnu audzināšanai*



# Vecāku maģija

## Hedviga Montgomerija. Vecāku maģija

Zvaigzne ABC, 2019

LCB e-katalogā



Kā izaudzināt laimīgu bērnu? Kā radīt viņā drošības izjūtu un veselīgu pašapziņu? Un kā tikt galā ar visām bērna emocijām, kas nāk pār vecāku galvu? Kādas kļūdas vecāki pieļauj visbiežāk, un kā no tām izvairīties? Norvēģu psiholoģes Hedvigas Montgomerijas grāmata kalpos gan kā ceļvedis strīdos un konfliktos, gan kā mudinājums palūkoties uz savu bērnības pieredzi, lai saprastu, kā jūsu neapzinātās emocionālās reakcijas ietekmē attiecības ar bērnu. “Vecāku maģija” ir praktiska, gudra un viegli lasāma grāmata, kura palīdzēs piedzīvot prieku, ko sniedz tuvas attiecības ar bērnu visas dzīves garumā.

STEFĀNIJA ŠTĀLA

## *Tavs iekšējais bērns grib atrast mājas*



SPIEGEL  
BESTSELLER  
VISVAIRĀK PIRKTĀ  
GRĀMATA VĀCIJĀ

Kā atrisināt  
(gandrīz) visas  
problēmas

linatrr  
ĢIMENĀ PSYHOLOĢIJAS CENTRS

## Stefānija Štāla. Tavs iekšējais bērns grib atrast mājas

LĪNA, 2019

LCB e-katalogā



Mēs visi ilgojamies tikt pieņemti un mīlēti. Ideālā situācijā mēs bērībā izveidojam nepieciešamo pašpaļāvību, kura mūs pieaugušā vecumā nes cauri dzīvei. Diemžēl arī piedzīvotās vilšanās nekur nepazūd un neapzinātā līmenī ietekmē mūsu attiecības ar citiem cilvēkiem. Autore ir izveidojusi iedarbīgu metodi darbam ar "iekšējo bērnu". Sadraudzējoties ar viņu, mums paveras pārsteidzošas iespējas atrisināt konfliktus un veidot veiksmīgākas attiecības, rast atbildi uz gandrīz visiem jautājumiem un dzīvot pilnvērtīgu dzīvi.