

ZESTAWIENIE BIBLIOGRAFICZNE

Rozwój osobisty

wybór literatury ze zbiorów CDN Publicznej Biblioteki Pedagogicznej

w Koninie i jej filii

WYDAWNICTWA ZWARTE :

1. 16 TYPÓW osobowości w pigułce : Praca zbiorowa. - Logos Media ; **IBUK Libra**, 2014
2. 4 TENDENCJE : poznaj profile osobowości, aby żyć i działać skuteczniej / Gretchen Rubin ; [przekład Władysław Jeżewski]. - Warszawa : Wydawnictwo Studio Emka, 2018
Sygnatura: 102569 (Konin)
3. ASERTYWNOŚĆ : klucz do dobrych relacji i poczucia własnej wartości / Adriana Klos. – Warszawa : Difin, 2017
Sygnatura: 100576 (Konin)
Sygnatura: 39162 (Koło)
4. ASERTYWNOŚĆ : sięgaj po to, czego chcesz, nie raniąc innych / Robert Alberti, Michael Emmons ; przekład Maciej Adam Michalski, Patrycja Pacyniak. - Wydanie 4. w języku polskim. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2018
Sygnatura: 104773 (Konin)
Sygnatura: 48421 (Turek)
5. AWESOME : księga małych cudowności / Neil Pasricha ; przełożyła Malwina Stopyra. - Poznań : Wydawnictwo Folia, 2019
Sygnatura: 104698 (Konin)
6. BYĆ szczęśliwym na Alasce / Rafael Santandreu ; [przekład z języka hiszpańskiego Joanna Kuhu !]. - Warszawa : Muza, 2018
Sygnatura: 48098 (Turek)
7. CHCĘ być kimś! czyli jak osiągać cele w czasach, gdy wszyscy dookoła mają wywalone. [3] / Michał Zawadka ; grafika Katarzyna Buk. - Warszawa : Mind & Dream, 2018
Sygnatura: 101847 (Konin)
Sygnatura: 31194 (Słupca)

ZESTAWIENIE BIBLIOGRAFICZNE

8. CO cię nie zabije, to cię wzmocni : i inne motywacyjne bzdury / James Adonis ; przekład Małgorzata Guzowska. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2018
Sygnatura: 31444 (Słupca)
Sygnatura: 48284 (Turek)
9. CO jest ważne? : wartości w twoim życiu / Uwe Böschmeyer ; przekład Juliusz Zychowicz. - Kraków : Wydawnictwo WAM, 2011
Sygnatura: 95050 (Konin)
10. CREATIVE flow : rok uważnego życia / Jocelyn de Kwant ; ilustracje Sanny van Loon ; tłumaczenie Agata Trzcińska-Hidebrandt. - Warszawa : Buchmann - Grupa Wydawnicza Foksal, copyright 2018
Sygnatura: 48426 (Turek)
11. CZASEM trudne, zawsze dobre : jak zrozumieć i pokochać własne emocje / Jacek Krzysztofowicz. - Kielce : Wydawnictwo Charaktery, 2017
Sygnatura: 47976 (Turek)
12. CZŁOWIEK, który pomylił swoją pracę z życiem : jak pozbyć się bagażu emocjonalnego w pracy / Naomi Shragai ; tłumaczenie Agnieszka Sobolewska. - Wydanie I. - Kraków : Znak Litera Nova, 2022
Sygnatura: 49502 (Turek)
13. CZUŁA przewodniczka : kobieca droga do siebie / Natalia de Barbaro. - Warszawa : Wydawnictwo Agora, 2021
Sygnatura: 49207 (Turek)
14. DARUJ sobie : przewodnik dla tych, którzy nie potrafią przestać / Peg Streep, Alan B. Bernstein ; przekł. Anna Binder. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2015
Sygnatura: 100606 (Konin)
15. DARY niedoskonałości : jak przestać się przejmować tym, kim powinniśmy być i zaakceptować to, kim jesteśmy / Brené Brown ; tłumaczył Krzysztof Puławski. - Poznań : Media Rodzina, copyright 2022
Sygnatura: 104280 (Konin)
16. DZIEWCZYNO, przestań ciągle przepraszać! : odrzuć cudze oczekiwania i bez poczucia winy zacznij żyć po swojemu / Rachel Hollis ; przekład: Magda Witkowska. - Warszawa : Laurum, 2020
Sygnatura: 48985 (Turek)

ZESTAWIENIE BIBLIOGRAFICZNE

17. EFEKT weekendu : odzyskaj swój wolny czas, a zobaczysz jak zmieni się twoje życie / Katrina Onstad ; tłumaczenie z języka angielskiego Lidia Białek. - Kielce : Wydawnictwo Charaktery, 2018
Sygnatura: 31198 (Słupca)
Sygnatura: 48232 (Turek)
18. EGO to twój wróg / Ryan Holiday ; tłumaczenie Tomasz Walczak. - Gliwice : Wydawnictwo Helion, 2018
Sygnatura: 31199 (Słupca)
Sygnatura: 47991 (Turek)
19. EMOCJE, relacje, empatia w wieku dojrzałym : warsztat Jak zadbać o siebie / Jolanta Marchlewska. - Łódź : Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, 2019
Sygnatura: 48776 (Turek)
20. ENERGIA kolorów : usuń blokady i uzdrów życie na wszystkich poziomach / Dougall Fraser ; [tłumaczenie Anna Bergiel]. - Białystok : Studio Astropsychologii, 2018
Sygnatura: 32185 (Słupca)
21. ETYKA Życia codziennego / Jan Hartman. - Wydawnictwo Naukowe PWN ; **IBUK Libra**, 2021
22. GRA o czas : jak żyć, aby mieć czas na to, co ważne / Iwona Majewska-Opiełka. - Poznań : Dom Wydawniczy Rebis, 2016
Sygnatura: 100131 (Konin)
23. JAK lepiej myśleć : dla analizujących bez końca i wysoko wrażliwych / Christel Petitcollin ; przekład: Krystyna Arustowicz. - Wydanie I. - Łódź : Feeria Wydawnictwo, 2020
Sygnatura: 103489 (Konin)
24. JAK mniej myśleć : Dla analizujących bez końca i wysoko wrażliwych / Christel Petitcollin ; przekład Krystyna Arustowicz. - Łódź : Wydawnictwo JK - Wydawnictwo Feeria, 2019
Sygnatura: 40082 (Koło)
25. JAK mówić o sobie dobrze : opowiedz swoją historię i rozwiń skrzydła w życiu i biznesie / Aleksandra Więcka. - Warszawa : Zwierciadło, copyright 2020
Sygnatura: 49145 (Turek)
26. JAK myśleć o sobie dobrze? : o sztuce akceptacji i życiu bez lęku / Stefanie Stahl ; tłumaczenie Sylwia Miłkowska, Marta Książkiewicz. - Wydanie I. - Kraków : Otwarte, 2020
Sygnatura: 31991 (Słupca)

ZESTAWIENIE BIBLIOGRAFICZNE

27. JAK uczyć się szybciej i skuteczniej / Natalia Minge, Krzysztof Minge. - Wydanie drugie. - Warszawa : Edgard, 2017
Sygnatura: 103896 (Konin)
Sygnatura: 39037 (Koło)
28. JAK uczyć skuteczności siebie i innych : praktyczny podręcznik dla rodziców, nauczycieli, liderów, menadżerów i wszystkich, którzy chcą doprowadzać sprawy do końca i uczyć tego innych / Michał Czakon. - Motycz Leśny : Centrum Dobrego Wychowania, 2019
Sygnatura: 49350 (Turek)
29. KIEDY : naukowe tajniki doskonałego wycucia czasu / Daniel H. Pink ; przełożyła Małgorzata Małecka. - Warszawa : Wydawnictwo Studio Emka, copyright 2018
Sygnatura: 48313 (Turek)
30. KIM jesteśmy, a kim moglibyśmy być : zachęta neurobiologiczna / Gerald Hüther ; z niemieckiego przełożył Viktor Grotowicz. - Słupsk : Wydawnictwo Dobra Literatura, 2015
Sygnatura: 100152 (Konin)
Sygnatura: 38986 (Koło)
Sygnatura: 30154 (Słupca)
Sygnatura: 49328 (Turek)
31. MIEJ wyje**ne, będzie ci dane : o trudnej sztuce odpuszczania / Katarzyna Czyż. - Gliwice : Helion, 2020
Sygnatura: 49003 (Turek)
32. MINDFULNESS : trening uważności / Mark Williams, Danny Penman ; [z przedmową Jona Kabata-Zinna ; tłumaczenie Katarzyna Zimnoch]. - Warszawa : Edgard, 2014
Sygnatura: 103909 (Konin)
33. MOC sześciu minut : codziennik motywacyjny / Dominik Spenst ; tłumaczenie Piotr Grzegorzewski, Marcin Wróbel. - Wydanie I. - Kraków : Otwarte, 2020
Sygnatura: 32001 (Słupca)
34. NARZĘDZIA rozwoju osobistego : medytacje, wizualizacje i inne techniki uwalniania emocji oraz kreowania pewności siebie / Grzegorz Glinka. - Białystok : Studio Astropsychologii Jeszcze Lepsze Jutro, 2020
Sygnatura: 31730 (Słupca)
35. NIEPEWNOŚĆ przekleństwem kobiet : oryginalne inspiracje, skuteczne ćwiczenia, sprawdzone techniki dla liderek / Helene Lerner ; przekład Bartosz Sałbut. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, copyright 2016

ZESTAWIENIE BIBLIOGRAFICZNE

Sygnatura: 100195 (Konin)

36. ODPOWIEDŹ : jak przejąć kontrolę nad własnym życiem i stać się tym, kim pragniesz być / Allan i Barbara Pease ; przełożyła Bożena Józwiak. - Poznań : Dom Wydawniczy Rebis, 2017
Sygnatura: 47952 (Turek)
37. OUTSIDE the box : jak myśleć i działać kreatywnie / Aneta Chybicka. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2017
Sygnatura: 101607 (Konin)
38. PEWNA siebie kobieta / Katty Kay, Claire Shipman ; tłumaczyła Hanna Psierska. - Wydanie pierwsze. - Kraków : Wydawnictwo Literackie, 2021
Sygnatura: 32279 (Słupca)
39. PODRĘCZNIK perswazji : najskuteczniejsze metody przekonywania innych i świadomej ochrony przed manipulacji. 1 / [Mateusz Grzesiak]. - Gliwice : Wydawnictwo Helion, copyright 2018
Sygnatura: 102631 (Konin)
40. POKOCHAĆ siebie i zacząć żyć inaczej / Anna Dodziuk. - Wydanie 7. uaktualnione. - Kielce : Wydawnictwo Charaktery, 2018
Sygnatura: 31223 (Słupca)
41. POKONAJ lęk : jak przestać się zamartwiać i przezwyciężyć fobię, panikę i obsesję / Martin M. Antony, Peter J. Norton ; przekład : Robert Mitoraj. - Kraków : Wydawnictwo eSpe, copyright 2019
Sygnatura: 102775 (Konin)
42. PSYCHOKOMPETENCJE : 10 psychologicznych supermocy, które warto rozwijać / Kamil Zieliński. - Gliwice : Sensus - Helion, copyright 2022
Sygnatura: 49545 (Turek)
43. PSYCHOWZROCNOSĆ = mindsight : jak dzięki nowej wiedzy o umyśle i empatii wprowadzać pozytywne zmiany w życiu / Daniel J. Siegel ; z angielskiego przełożył Piotr Budkiewicz. - Warszawa : Mamina, 2021
Sygnatura: 104022 (Konin)
44. REZYLIENCJA : jak kształtować fundament spokoju, siły i szczęścia / Rick Hanson, Forrest Hanson ; przekład Anna Sawicka- Chrapkowicz. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2018
Sygnatura: 48501 (Turek)

ZESTAWIENIE BIBLIOGRAFICZNE

45. ROZWIŃ swoją wyobraźnię : myśl i twórz jak wynalazca / Temple Grandin oraz Betsy Lerner ; przełożył Witold Turopolski. - Kraków : Insignis Media, 2018
Sygnatura: 31417 (Słupca)
Sygnatura: 48403 (Turek)
46. SUPERPAMIĘĆ w 31 dni : triki, ćwiczenia, neurorozrywki / Paulina Mechło. - Wydanie II. - Gliwice : Sensus - Wydawnictwo Helion, copyright 2020
Sygnatura: 49129 (Turek)
47. TRENING innowacyjnego myślenia : rozwiń swój kreatywny potencjał w 31 dni / Paulina Mechło, Olga Geppert. - Gliwice : Wydawnictwo Helion, copyright 2020
Sygnatura: 103525 (Konin)
Sygnatura: 32104 (Słupca)
Sygnatura: 49131 (Turek)
48. TRENING kreatywności : jak pobudzić twórcze myślenie / Agnieszka Biela. - Warszawa : Edgard, 2015
Sygnatura: 102023 (Konin)
49. TRENING umiejętności osobistych i społecznych. Testy, ćwiczenia / Katarzyna Płuska. - Kraków : Katarzyna Skoczylas-Płuska ; **IBUK Libra**, 2019
50. TWOJA wewnętrzna moc : jak żyć dobrze w niespokojnych czasach / Agnieszka Maciąg ; zdjęcia Robert Wolański. - Wydanie I. - Kraków : Otwarte, 2020
Sygnatura: 32018 (Słupca)
51. ZARZĄDZANIE czasem w pigułce : jak planować, żeby nie zwariować / Agnieszka Makarow. - Warszawa : Edgard, 2018
Sygnatura: 101717 (Konin)
Sygnatura: 39242 (Koło)
52. ŻYJ twórczo : poznaj siłę kreatywności, zbuduj dobre nawyki i osiągnij sukces / Chase Jarvis ; przekład Adam Poznański. - Wydanie I. - Kraków : eSPe, 2020
Sygnatura: 48980 (Turek)

ARTYKUŁY Z CZASOPISM:

53. EMOCJE są profesjonalne, czyli jak trening interpersonalny może pomóc rozwiązać problemy w relacjach z ludźmi / Ryszard Kulik // Psychologia w Praktyce. - 2022, nr 2, s. 50-55

ZESTAWIENIE BIBLIOGRAFICZNE

54. SAMOROZWÓJ jako źródło dobrostanu / Adriana Kloskowska. // Życie Szkoły. - 2021, nr 9, s. 25-29
55. TRENING asertywności. Scenariusz warsztatów / Elżbieta Kaspryszak. // Biblioteka w Szkole. - 2019, nr 9, s. 9-13
56. TRENING bycia sobą. Czy asertywności można się nauczyć? / Agnieszka Lamparska-Karwowska. // Charaktery. - 2021, nr 7, s. 56-63
57. TRENING kreatywności / Małgorzata Taraszkiewicz. // Sygnał. - 2018, nr 6, s. 39-41
58. WYKORZYSTAJ energię stresu do samorozwoju / Adriana Kloskowska. // Życie Szkoły. - 2021, nr 2-3, s. 27-31

Opracowanie: Agnieszka Świtalska
Luty 2023