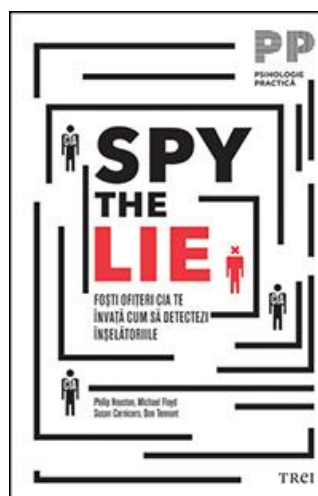
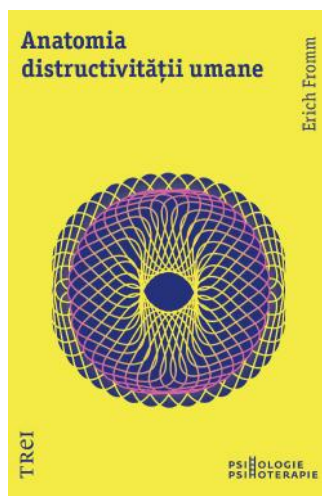


**Noutile Grupului Editorial Trei la
Târgul Internațional Gaudeamus
18 – 22 noiembrie 2015
*** PSIHLOGIE *****



COLECȚIA PSIHLOGIE - PSIHOTERAPIE

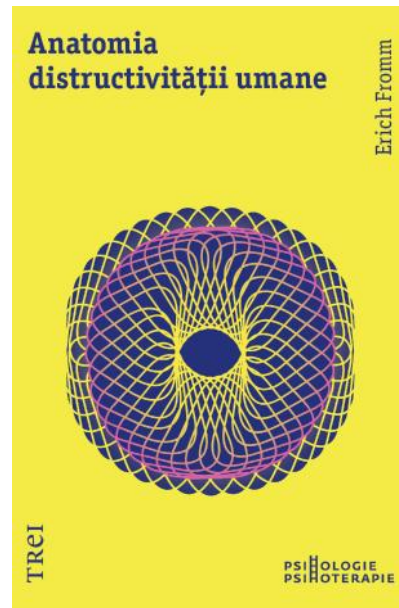
Anatomia destructivității umane **Erich Fromm** **Traducere de Oana Maria Nica**

Care sunt rădăcinile agresivității umane? Cum putem explica resorturile războaielor sau ale regimurile opresive? Pornirile noastre violente țin de animalitatea noastră ori constituie, mai curând, o determinant cultural? Încercând să-i croiasc o cale dincolo de instinctualismul lui Konrad Lorenz și al neodarwiniștilor și dincolo de behaviorismul lui Skinner (pentru care violența este o condiționare strict socială), Fromm distinge între două chipuri fundamentale diferite ale agresivității. Dacă, pe de o parte, se poate vorbi despre o agresivitate „defensivă” sau de supraviețuire, moțenită pe linie biologică, pe de cealaltă parte, descoperim agresivitatea „malignă”, pură destructivitate,

care incită la violență din motive ce rezidă în caracterul uman. Considerând-o ca pe o deformare a personalității, și nu ca pe un dat inevitabil al naturii umane, Fromm descrie patima destructivității trecând prin visele pacienților lui Freud, prin sadismul birocratic al lui Stalin și încheind cu „necrofilia” lui Hitler.

Prezenta carte constituie cea mai încheșată construcție teoretică a lui Erich Fromm, combinând date din neurofiziologie, antropologie, preistorie, etologie și, mai ales, psihanaliză. Este un volum de referință pentru științele sociale, dar și un răspuns în cheie critic-umanist la pesimismul lumii de azi.

Erich Fromm (1900–1980), sociolog și psihanalist, a făcut parte din coala de la Frankfurt, iar în 1933 a emigrat în SUA. La Editura Trei au mai apărut: *Arta de a fi*, *Budismul Zen și psihanaliza* și *A avea sau a fi?*.

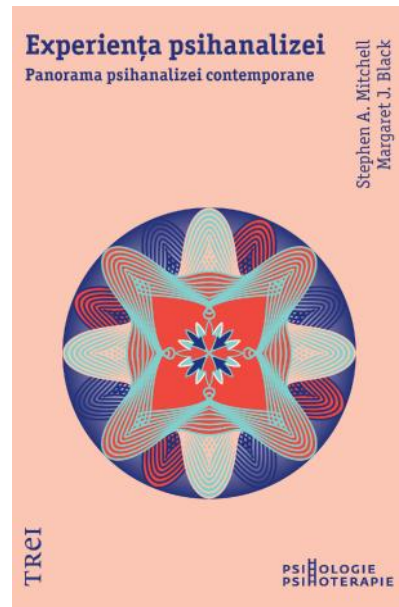


Experiența psihanalizei
Panorama psihanalizei contemporane
Stephen A. Mitchell și Margaret J. Black
Traducere din engleză de Alexandra Timofte

Există numeroase idei preconcepute cu privire la psihanaliză – aceasta este opera unui singur om, Sigmund Freud, și se practică la fel ca acum un secol, psihanaliza este preocupată doar de sexualitate, s-a demodat, aceasta este un fel de cult ezoteric în care trebuie să fii inițiat, și lista ar putea continua. În lucrarea de față autorii prezintă ideile centrale ale celor mai reprezentativi psihanalitiști contemporani, oferind atât o perspectivă istorică asupra ideilor psihanalitice, cât și o comparație între diferitele curente. Plecând de la presupunerea că cititorul nu este deloc familiarizat cu aceste teme, cartea oferă o introducere în diferitele coli teoretice, explicând aspectele clinice la care acestea au fost receptive și câteva dintre conceptele lor de bază, precum și ilustrații clinice ale suferințelor umane pe care aceste curente teoretice încearcă să le clarifice. Astfel, cititorul reușește să întrevadă fragmentul de experiență umană ascuns în spatele conceptelor psihanalitice. Formulările în termeni psihanalitici devin formulări despre oameni reali, despre modul lor de a-și organiza experiențele, despre dificultățile pe care le întâmpină în viață.

Stephen A. Mitchell, psiholog clinician și psihanalist, a fost considerat liderul psihanalizei relaționale. A coordonat programul postdoctoral de psihanaliză relațională de la New York University. A scris numeroase cărți și articole care au urmărit clarificarea diferitelor teorii psihanalitice, deseori contradictorii.

Margaret J. Black este psihanalistă, membră fondatoare a Asociației Internaționale de Psihanaliză și Psihoterapie Relațională și a centrului Stephen Mitchell pentru Studii Relaționale din New York.



Evaluarea psihologică aplicată

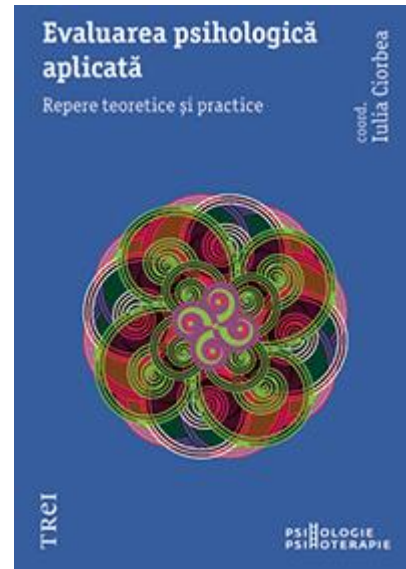
Repere teoretice și practice

Iulia Ciorbea (coordonator)

**Nicolae Martin, Rodica Enache, Claudia S Iceanu,
Valeria Negovan, Margareta Dinc , Drago Iliescu,
C t lin Nedelcea, Andrei Ion, Michael Stevens**

Evaluarea psihologică în context clinic, școlar sau organizațional reprezintă o condiție esențială pentru psihologul practicant. Doar printr-o evaluare eficientă, relevantă și validă, vor putea fi identificate punctele forte și limitările persoanei, grupului sau organizației și vor putea fi luate cele mai adecvate decizii pentru a asigura calitatea vieții psihice a individului sau „sânătatea” organizației. Autorii volumului punctează principalele etape ale procesului de evaluare psihologică, trec în revist cele mai relevante și actuale instrumente de evaluare, precizează modalitățile de redactare a rapoartelor psihologice, dar subliniază și erorile frecvente din procesul de evaluare.

Obiectivul major al cărții este acela de a propune o sinteză de actualitate a problematicii evaluării psihologice în principalele sale arii aplicative (clinic, educațională și organizațională), oferind un ghid teoretic și practic atât pentru studenți, cât și pentru psihologii practicieni aflați în primii ani de carieră.



Retman i Retmagia

Desene animate psihoterapeutice

Daniel David, Anca Dobrean & Mihai Goțiu

Cartea conține filmul pe DVD

Desenele animate *RETMAN i Retmagia* reprezintă un produs inovativ complex, atât prin realizarea lui multi-disciplinar (psihologie și animație), cât și prin faptul că se adresează unui public diversificat: cercetători în domeniul psihologiei, psihoterapeuți și practicieni, educatori, profesori, părinți, nu în ultimul rând, copii și tineri. Desenele animate se constituie, practic, în terapii pentru patru dintre cele mai întâlnite probleme ale copiilor, ajutându-i să treacă peste stările de depresie, anxietate, vinovăție și furie. După cunoștințele autorilor, *RETMAN i Retmagia* reprezintă o premieră în psihologia mondială: utilizarea desenelor animate nu doar în scop educativ, ci, mai mult, ca terapii în sine.



„Lucrarea de față abordează rolul lui RETMAN în desenele animate. RETMAN, ca personaj de desene animate terapeuțice, este personajul prin care psihoterapia rațional-emoțională și cognitiv-comportamentală poate să ajungă mai repede la copii, tiut fiind faptul că aceștia învață eficient prin imitație (de exemplu repetă comportamentele modelelor vizuate în jur) și modelare (de exemplu repetă ceea ce face un model, dar pentru a obține aceleași recompense și/sau a evita aceleași pedepse).“ -

Prof. univ. dr. Daniel David

RETMAN i Retmagia este un proiect al Departamentului de Psihologie Clinică și Psihoterapie de la Universitatea Babe-Bolyai din Cluj și al Institutului Internațional de Studii Avansate de Psihoterapie și Sănătate Mintală Aplicată (inclusiv în platforma MERIL a centrelor de cercetare de anvergură și interes european). RETMAN se alătură altor proiecte de cercetare și servicii pentru comunitate de frontieră dezvoltate la Cluj, precum terapia în realitatea virtuală, terapii asistate de roboți (inclusiv asistarea copiilor cu autism), terapii cu ajutorul hologramelor sau asistate de calculator ori aplicații terapeuțice cu ajutorul telefoniei mobile.

Daniel David: profesor „Aaron T. Beck“, directorul International Institute for the Advanced Studies of Psychotherapy and Applied Mental Health, alcolii Doctorale „Psihodiagnostic și Intervenții Psihologice Validată științific“, Universitatea Babe-Bolyai, Cluj-Napoca, și al Centrului Român de Psihoterapie Cognitivă și Rațional-Emoțională și Comportamentală. Profesor asociat la Icahn School of Medicine at Mount Sinai, New York, și director al prestigiosului institut Albert Ellis, New York. Psiholog principal specializat în psihologie clinică și psihoterapie și supervisor în psihoterapie.

Anca Dobrean: conferențiar universitar, directorul Departamentului de Psihologie Clinică și Psihoterapie din cadrul Facultății de Psihologie și Științe ale Educației, Universitatea Babe-Bolyai, Cluj-Napoca, președinte al Asociației de Psihoterapii Cognitive și Comportamentale din România. Psiholog principal specializat în psihologie clinică și psihoterapie cognitiv-comportamentală adresat copiilor și adolescenților.

Mihai Goțiu: scriitor și jurnalist, fost redactor-șef al publicațiilor *Ziarul Clujeanului*, *Clujeanul* și *Via a Clujeanului*, coordonator editorial al proiectului *România Curată* (Societatea Academică din România), autor de critici de poezie, proză și jurnalism (printre care și *Afacerea România Montană*), premiul Green Awards Romania 2012, dublu premiat la Galele Superscrieri 2012 și câștigător al Bursei europene de excelență în jurnalism „Milena Jesenska“ (Institut for Human Sciences, Viena, 2014).

Bencze László: artist grafic și designer, conferențiar universitar la Universitatea de Artă și Design Cluj-Napoca, Departamentul Grafic – Foto-Video-PCI; Master în band desenat la École Européenne Supérieure de l’Image, Angoulême, Franța; membru fondator al ExtraArt, grup civic de educație și atitudine prin mijloace artistice.

Simbioză și autonomie

Traumă și iubire dincolo de complicațiile simbiotice

Franz Ruppert

Traducere din german de **Raluca Hurduc**

Întreaga noastră viață suntem în căutarea unui echilibru satisfăcător și sănătos între legăturile simbiotice și puterea de-a acționa liber. Însă găsirea justei proporții între dependență și autonomie devine extrem de dificilă atunci când individul a trecut în primii șase ani de viață printr-o „traumă simbiotică” la nivelul relației de atașament cu mama sau cu alți îngrijitori apropiați. Atunci când sugarul sau copilul mic nu obține de la mama sa iubirea, siguranța, protecția și căldura de care are absolut nevoie, el va cădea pradă unor „complicații simbiotice” care, în dezvoltarea sa ulterioară, vor lua forma unor comportamente adictive, anxioase sau chiar schizofrenice.

Prin numeroase studii de caz, Ruppert demonstrează în ce fel abordarea bazată pe constelațiile familiale – și mai specific pe „constelarea intenției” – poate aduce autonomia și integrarea persoanelor traumatizate și afectate de un clivaj psihic timpuriu. Datorită multiplelor forme ale „complicațiilor simbiotice” (din familie, dar și din organizații sau chiar la nivel de națiune), cartea este de interes nu doar pentru psihotraumatologi, dar și pentru consilieri, terapeuți și sociologi și specialiști în asistență socială.

Franz Ruppert este specializat în psihoterapia traumei și este profesor la Universitatea de Științe Aplicate din München.

De același autor, la Editura Trei a mai apărut volumul **Traumă, atașament, constelații familiale** (2012).

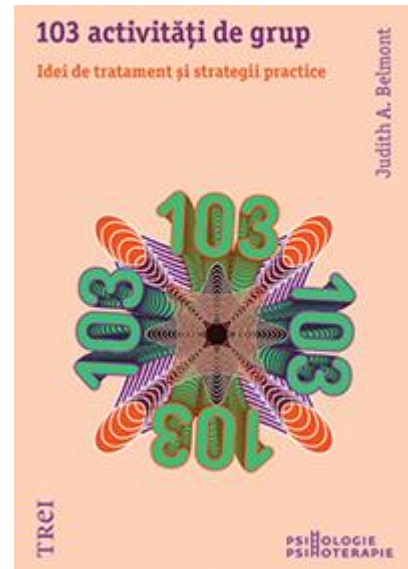


103 activități de grup
Ideii de tratament și strategii practice
Judith A. Belmont
Traducere din engleză de Silvia Grădinaru

Psihologii, formatorii și educatorii au acum la îndemână 103 instrumente pentru diversele activități de grup – fie că este vorba despre terapii de grup, despre întruniri de formare profesională, fie că vorbim despre ateliere psihoeducative și edine de dezvoltare personală. Având 30 de ani de experiență clinică, autoarea a strâns în acest volum cele mai eficiente tehnici și exerciții pentru îmbunătățirea abilităților adaptative, asertive și de comunicare ale participanților la experiența de grup.

Printre obiectivele următoare de cele 103 activități se numără: adaptarea la stres, autodesoperirea prin jocurile de rol, relaxarea prin meditație (mindfulness), îmbunătățirea stimei de sine, creșterea personală, concentrarea imaginii corporale, reziliența și flexibilitatea empatică.

Judith A. Belmont este psihoterapeut de orientare cognitiv-comportamentală. Coordonează în Pennsylvania programe de educație continuă pentru specialiștii în sănătate mentală.



COLECȚIA PSIHLOGIE PENTRU TOȚI

Cu cărțile pe față

Elemente de psihanaliză relațională

Traducere din engleză de Smaranda Nistor

Ești curios să afli ce aduce schimbarea într-o psihanaliză? Care este acel ingredient miraculos ce apare în relația dintre terapeut și pacientul său, facilitând vindecarea acestuia din urmă? Owen Renik, „rebelul”, așa cum este numit de confrații săi, ne invită în cabinetul său și ne lasă să prundem delicately esuri ale colaborării ce se petrece acolo pe două planuri: conștient și inconștient. El ne oferă imaginea unui psihanalist mai degrabă cald și empatic, deschis, interesat împreună cu pacienții săi de eliminarea simptomelor și a disconfortului acestora.

Cartea este construită pe baza unor exemple clinice dintre cele mai diverse, surprinse în momente de cotitură ale terapiei, Renik ilustrând prin intermediul lor, într-un limbaj accesibil, propria viziune asupra unor concepte de bază ale psihanalizei.

Caprivant încă de la primele rânduri, ea se adresează cititorului pasionat de domeniul „psi”, fie el profesionist sau profan.

„Scopul meu este să discut de o manieră pragmatică și nepretențioasă ceea ce, în experiența mea, ar fi util ca atât analistul, cât și pacientul să aibă în vedere atunci când colaborează în strdania de a-l face pe acesta din urmă să se simtă mai bine; și cred că modul cel mai potrivit în care pot face acest lucru este prin a oferi o culegere de istorisiri cu tâlc, împreună cu reflecțiile mele despre ele.” – Owen Renik

„Maturizarea intelectuală a lui Renik s-a produs în interiorul culturii psihanalitice care s-a dezvoltat pe parcursul ultimului secol. El o cunoaște bine, ar fi în stare să se descurce cu ochii închiși prin labirintul ei... Învățătura primită e acceptată fără plecaciuni, iar dacă nu-și are rostul, e dat deoparte fără multă ceremonie. Începând cu prima pagină, ne dăm seama că ne aflăm într-un atelier de lucru, nu într-un templu. Pragmatismul lui îți taie răsuflarea: ce ne folosește e important, ce nu, nu are rost să ne pierdem vremea. Chelia ce nu permite decât gândire înghesuită s-a transformat în spațiu deschis care cheamă nouitatea. Drept-credincioșii trebuie avertizați: s-ar putea să nu mai fie niciodată la fel ca înainte.” – Allen Wheelis, autorul cărților *How People Change* și *The Way We Are*.

Owen Renik este psihanalist formator și supervisor în cadrul Societății de psihanaliză din San Francisco și lucrează în practică privată în același oraș.



Optimismul inteligent

Alain Braconnier

Traducere din francez de Mihaela-Gabriela Stănic

Dincolo de autoamărire, dincolo de ”gândirea pozitivă” naivă și nerealistă, există un ”optimism inteligent” care ne permite să rămânem lucizi, încrezători și motivați, susține psihiatrul francez Alain Braconnier. Pornind de la cercetări de ultimă oră din psihologia socială, autorul conturează portretul-robot al optimistului și oferă cele mai bune sfaturi pentru a deveni dintr-un fatalist un optimist bine temperat. Potrivit studiilor, cele trei caracteristici psihice ale optimistului sunt: anticiparea mai degrabă favorabilă a viitorului, evaluarea corectă a evenimentelor prezente ce trebuie gestionate și un sentiment de ”autoeficiență”. Iar pentru a profita de avantajele sociale și psihosomatice ale acestei atitudini

încrezătoare, avem nevoie să redescoperim dragostea de viață și încrederea în noi și în ceilalți dezvoltată în timpul primilor ani de viață, argumentează autorul. Pe lângă micile secrete ale revitalizării optimismului (incluzând aici și tehnici psihoterapeutice inspirate de psihologia pozitivă sau psihanaliză), cartea recunoaște și virtuțile ”pesimismului defensiv”, cel care ne protejează și ne mobilizează în împrejurările potrivite.



“Vestea bună este că există un tip de optimism care împacă atitudinea realistă și spiritul critic, și pe care l-am putea numi ”optimism inteligent”. Intelligent, pentru că este benefic pentru o seamă de domenii din viața noastră, după cum arată Alain Braconnier. Cartea sa nu doar că redefineste un concept ce pare demonetizat, dar propune cititorului sfaturi și tehnici utile pentru a vedea viața cu noi ochi.” - *Psychologies*

„Această carte nu este o predică în favoarea optimismului „tâmp”. Optimismul nu poate fi obținut dând dintr-o baghetă magică, trebuie să îl cauți, să muncești pentru el, să îl dorești. Pesimistii pot deveni optimiști datorită cunoștințelor precise pe care le avem astăzi despre psihologia optimiștilor și, deci, și despre mijloacele de a transmite eficient această atitudine, fără a nega însă problemele.” - *Autorul*

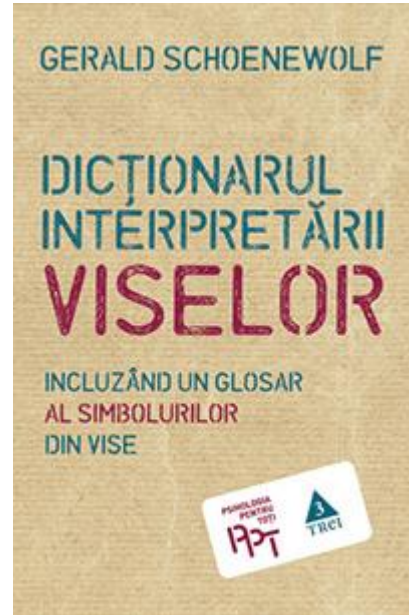
Alain Braconnier este psihiatru, psihanalist francez și consultant la Spitalul Universitar ”Pitié-Salpêtrière” din Paris. Dintre cărțile sale, la Editura Trei au mai fost traduse: *Cum să fii o mamă bună pentru fiul tău* și *Cum să fii un tată bun pentru fiica ta*.

Dictionarul interpretării viselor

Gerald Schoenewolf

**Traducere din german de Nicoleta Dascalu,
Smaranda Nistor**

Din Antichitate, când visele erau considerate mesaje transmise de zei, profeții sau soluții oferite problemelor muritorilor, și până în ziua de azi, visele au continuat să fascineze mintea umană. Oamenii și le povestesc unii altora și le oferă „interpretări” populare, transmise din bătrâni. Însă odată cu apariția psihanalizei la finele secolului al XIX-lea, visele au început să suscite interesul mediului academic. „Calea regală spre inconștient”, așa cum a numit Freud visul, ne poartă spre profunzimile minții noastre, dezvăluindu-ne comori nevăzute.



Dictionarul interpretării viselor, singurul dicționar psihanalitic de vise disponibil pe piață în acest moment, cuprinde peste o mie de vise, aparținând fie oamenilor simpli, pacienți ai autorului, fie unor personalități precum Napoleon, Henry Miller sau Dalí. Alte materiale provin din literatură, mituri, basme, picturi, tiut fiind că produsele culturii umane pot fi interpretate asemenea viselor. Cartea de față reprezintă o lucrare de referință atât pentru specialiști, cât și pentru toți cei dornici să cunoască mai bine psihicul uman.

Interpretarea modernă a viselor încearcă să aducă oamenii înapoi, la simplitatea pe care o aveau strămoșii noștri, înainte ca societatea să fie copleșită de tehnologie și suprapopulare. Visele sunt ele însele un limbaj primitiv. Freud numea limbajul din vise „proces primar”, iar limba pe care o învățăm la școală, „proces secundar”. Din nefericire, pe măsură ce oamenii moderni au devenit mai educați și mai cultivați, ei și-au pierdut legătura cu procesele primare. Multe dintre bolile omului modern pot fi puse pe seama acestui factor. - *Gerald Schoenewolf*

Propriul cap scofâlcit atârna deasupra unor stânci, pe fondul unui peisaj sterp. Peste cap își scurge un ceas, care pare să se topească la soare. Alte trei ceasuri se scurg de pe un soi de masă și de pe creanga unui copac desfrunzit. Un ceas, zăcând cu fața în jos, are pe el un roi de furnici; un altul are o muscă solitară. - *Visul (pictură) lui Dalí*

Gerald Schoenewolf este autor a peste 20 de cărți, scenarist, regizor, producător de film, psihanalist și profesor la Borough of Manhattan Community College. La Editura Trei au mai apărut: *101 succese terapeutice*, *101 greșeli în psihoterapie*.

Rescrierea regulilor

Un ghid integrativ pentru iubire, sex și relații

Meg Barker

Traducere din engleză de Radu Filip

De ieri în ultimele zeci de ani progresul tehnologiei a devenit tot mai rapid, modificând condițiile de viață nu numai de la o generație la alta, ci chiar în cadrul aceleiași generații, relațiile dintre oameni au continuat să se conducă după aceleași reguli vechi de secole. Avem așteptări de la noi înșine și de la ceilalți bazate pe aceleași principii de viață vetuste, iar când suntem dezamăgiți aruncăm vina într-o parte și-n alta, inclusiv asupra propriei persoane, fără să observăm că încercăm, de fapt, să îmbrăcăm un adult cu hainele unui copil.

Ce face Meg Barker în această carte remarcabil de atractiv scris este să pună sub semnul întrebării regulile actuale din cadrul relațiilor intime și de prietenie. Ea ne propune să reflectăm asupra lor și să înțelegem de ce nu mai pot funcționa, sugerându-ne rescrierea lor într-o manieră flexibilă, adaptată fiecăruia în parte. Este o carte ce deschide perspective, oferind argumente pro și contra bazate pe cercetare, fără să impună, fără să facă judecăți de valoare.

„Rescrierea regulilor“ este un ghid prietenos ce ne poartă printre complicatele – și, adesea, contradictoriile – reguli ale iubirii: sunt oferite sfaturi cu privire la atracție și sex, monogamie și conflict, identitate de gen și angajament. Această carte trece în revistă modul în care regulile sunt „rescrise“ în diferite feluri, dându-i cititorului puterea să găsească abordarea care se potrivește cel mai bine cu situația lui. – Meg Barker

Trăim într-o perioadă de mare incertitudine în ceea ce privește relațiile. Cât timp Alesul, dar ne trezim că rămânem singuri pentru că nimeni nu se ridică la nivelul așteptărilor. Tânjim după un final fericit, dar o despărțire după alta ne lasă răniți și confuzați. Găsim un partener, dar realitatea relațiilor noastre nu este cea la care ne așteptăm și devine greu să păstrăm echilibrul între acestea și toate celelalte lucruri pe care le vrem de la viață. Căsătoria se dovedește a fi o industrie „rezistentă la recesiune“ și, în același timp, rata divorțurilor și a despărțirilor se ridică la cele mai înalte cote. – Meg Barker

Meg John Barker este doctor în psihologie, psihoterapeut și profesor la The Open University, în Marea Britanie. Este coeditoarea revistei *Psychology & Sexuality* și se numără printre organizatorii grupului *Critical Sexology*, care prezintă seminarii deschise despre sexualitate.



Partea luminoasă a părții întunecate
De ce să fii complet și cu bune, și cu rele
Todd Kashdan, Robert Biswas-Diener
Traducere din engleză de Cristina Jinga

În ultima vreme, gândirea pozitivă a devenit o modă. Selectând din viață numai emoțiile pozitive, căutând cu îndârjire să evităm disconfortul și să obținem fericirea, oare nu ne privim pe noi înșine de o parte din propriile trăiri? Suntem ființe umane complexe, imperfecte, angelice și machiavelice deopotrivă, nu doar nițel mândri cu zâmbetul pe buze. Reacționăm adesea cu mânie, cu teamă, ne îndoim de propriile capacități sau recurgem la manipulare, agresivitate și grandomanie pentru a ieși din anumite situații. Bazat pe cercetări științifice recente, cartea de față ne arată cum aceste aspecte ale noastre mai puțin dezirabile ne ajută să fim mai adaptabili, să dăm un randament mai bun, să găsim soluții la problemele cu care ne confruntăm. Alegând să ascundem sau să reprimăm acele părți din noi pe care societatea tinde să le arate cu degetul, nu facem decât să renunșăm la resurse personale importante și la bucuria de a fi noi înșine. Captivant, scris cu umor, presărat cu multe exemple, această carte ne dovedește că nimic din ceea ce purtăm cu noi nu este de prisos.



„În cele din urmă, aceasta este o carte care ne spune de ce fericirea ne poate întrista și de ce mindfulness-ul ar putea fi supraevaluat. *Partea luminoasă a părții întunecate* oferă un set de argumente provocatoare, fundamentate științific, în sprijinul unei vieți echilibrate. Dacă nu ai citit-o încă, ar trebui să te simți vinovat – iar acest lucru va fi spre binele tău.”
- **Adam Grant**

„Simt că am cinci noi superputeri după ce am citit această carte. Se dovedește că, pentru a avea o viață bună și satisfăcătoare, nu trebuie să încercăm să fim fericiți, calmi sau optimiști tot timpul. Putem învăța să folosim sentimentele inconfortabile precum mânia, anxietatea, vinovăția, tristețea sau plictiseala pentru a fi mai buni, mai curajoși, mai isteți, mai creativi și mai persuasivi. Partea întunecată are într-adevăr o parte luminoasă și această carte ne învață cum să o folosim, pentru a duce în mod real o viață mai plină de sens.” - **Jane McGonigal, PhD**

Todd Kashdan este doctor în psihologie clinică, profesor, autor, cercetător. A publicat peste 150 de articole în reviste de specialitate. De același autor a mai apărut la Editura Trei, *Curios? Descoperă ingredientul care-ți lipsește pentru o viață împlinită*.

Robert Biswas-Diener este cunoscut drept promotor al psihologiei pozitive. Predă la Portland State University și este autor a numeroase cărți de psihologie și coaching.

COLECȚIA PSIHLOGIE PRACTICĂ

Parentele conștient

Cum să ne transformăm pe noi pentru a avea copii puternici

Dr. Shefali Tsabary

Traducere din engleză de **Cristina-Adriana Petria**

Copiii nu te ascult? Ai ajuns, deși îți repugnă acest lucru, să recurgi la amenințări și la pedepse pentru a-i determina să lase calculatorul și să se apuce de teme? Intri astfel într-un cerc vicios, trecând de la resemnare la o luptă zadarnică cu morile de vânt. Dar dacă soluția îți ar sta la îndemână, dacă lucrurile s-ar putea transforma radical printr-o simplă schimbare de perspectivă?

În urma unei îndelungi experiențe în lucrul cu familiile, dr. Shefali Tsabary ne propune o soluție ce s-a dovedit utilă pentru crearea și menținerea unor relații armonioase părinte-copil: transformarea stilului de parenting din unul inconștient, transmis ca atare din generație în generație, într-unul conștient, centrat asupra nevoilor reale ale copilului. Astfel, ea ne arată că menirea părintelui nu este aceea de a modela caracterul copilului și de a-i indica drumul, ci aceea de a-l însoți pe calea sa, cu acceptare și iubire, cu o continuă urmărire în fața sufletului ce înflorește sub ochii săi. Când un părinte acționează conștient și nu automat, în virtutea celor deprinse de la propriii educatori, comportamentul copilului se va îmbunătăți de la sine. Cartea oferă părinților și viitorilor părinți o metodă eficientă, de roadele aplicării creșterii se vor bucura atât ei, cât și cei mici.

Dr. Shefali Tsabary și-a obținut doctoratul în psihologie clinică la Universitatea Columbia, New York. Familiarizat la o vârstă fragedă cu filosofia orientală, ea îmbină învățurile tradiționale cu psihologia, devenind o autoare de renume în domeniul parenting-ului și o terapeută de succes.



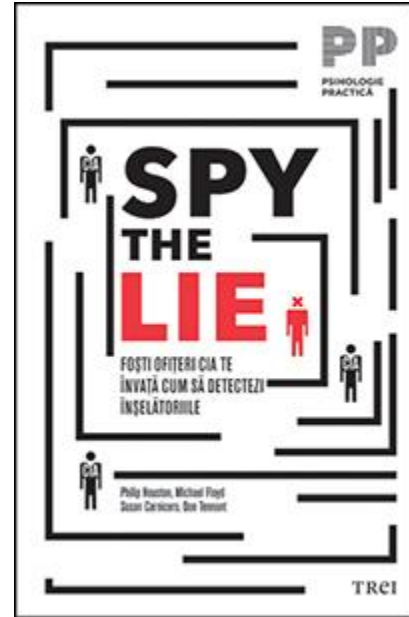
Spy the Lie

Fo ti ofi eri CIA te înva cum s detectezi în el toriile

Philip Houston, Michael Floyd, Susan Carnicero i Don Tennant

Traducere din englez de Andreia Suci

Trei fo i ofi eri CIA, autorit i interna ionale în detectarea disimul rii, v ofer un set de tehnici accesibile pentru a afla dac vorbitorul din fa a voastr spune sau nu adev rul. Fie c realiza i un interviu de angajare sau o anchet judiciar , fie c vre i s afla i dac adolescentul vostru a consumat droguri ori dac partenerul v în al , ave i acum la dispozi ie un arsenal de întreb ri i tehnici de interpretare care i-au dovedit eficien a chiar i în fa a celor mai versa i spioni i terori ti. Bazându-se pe analize complexe ale unor anchete de contraspionaj sau ale unor interviuri televizate cu politicieni pref cu i, cartea v înva s pune i cele mai percutante întreb ri i s identifica i minciuna pornind de la semnele ei verbale (ezit ri, generaliz ri, apelul la divinitate) i nonverbale (mutarea centrului de sprijin, acoperirea fe ei cu palma etc.).



„Arta în el ciunii este tema principal a acestei cri, care se adreseaz unui spectru larg de speciali ti: psihologi, avoca i, judec tori, procurori, poli i ti, investigatori, oameni de afaceri, oameni de vânz ri etc.“ -- *Ion Duvac, fondator al Psychological Profiler Academy*

Philip Houston (creatorul metodei de detectare a în el toriei), **Michael Floyd** (specializat în testarea prin poligraf) i **Susan Carnicero** (psiholog criminalist) sunt fo ti membri CIA i cofondatori ai QVerity, companie specializat în traininguri pentru detectarea în el toriei i analiza profilurilor psihologice. **Don Tennant** este jurnalist în domeniul afacerilor i tehnologiei.

Cum să te simți mai bine, să te faci mai bine, să rămâi mai bine

Terapie profundă de autoajutorare pentru emoțiile tale

Dr. Albert Ellis

Traducere din engleză de Radu Filip

Trebuie cu orice pre să treci examenul de admitere? Se cuvine ca soțul sau soția ta să-ți acorde mai mult timp? Este imperios necesar să fii apreciat la serviciu? Desigur că îți dorești să fie așa și ar fi bine și plăcut dacă aceste lucruri s-ar întâmpla. Dar viața nu se desfășoară întotdeauna după cum ne dorim noi. Vestea bună este, însă, că tu îți alegi cum să te simți. Tu alegi dacă o situație este o catastrofă sau o problemă obișnuită de viață, ce poate fi înțeleasă și depășită.

Această carte îți oferă numeroase tehnici și metode practice, ușor de aplicat, prin care poți schimba felul în care te raportezi la evenimentele de zi cu zi, astfel încât ele să devină mai nuanțate, mai suportabile, mai puțin înfricoșătoare. Utilizând exemple din viața oamenilor obișnuiți, te invităm pe tine, cititorule, să redevii stâlpul gândurilor și al vieții tale.

Albert Ellis, psiholog și psihoterapeut, fondatorul terapiei comportamentale rațional-emoțive (REBT), a scris peste 80 de cărți. A fost președintele Societății pentru Studiul Științific al Sexualității. Este considerat unul dintre inițiatorii revoluției sexuale în America. În anul 2013, Asociația Psihologilor din America i-a conferit postum Premiul pentru contribuții deosebite în domeniul psihologiei. De același autor, la Editura Trei au mai apărut *Cum să trăiești alături de un „nevrotic“ acasă și la locul de muncă* și *Sex și relații în secolul XXI*.

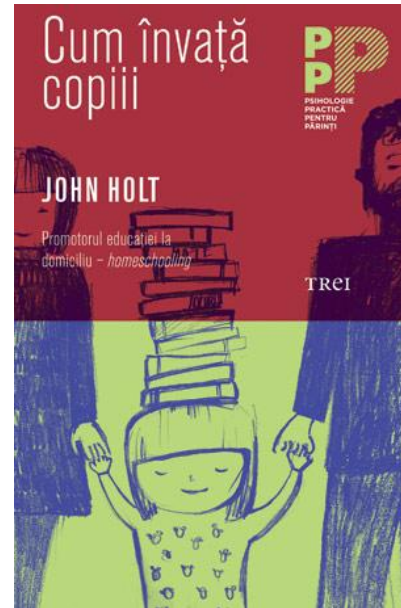


Cum înva copii
John Holt
Traducere de: Mihaela Buruian

„Tot ce spun eu în cartea acesta poate fi rezumat în patru cuvinte: Ave încredere în copii!“ – John Holt

Copiii înva cel mai bine înainte de a merge la coal , când „învaatul este precum respiratul“, atrage aten ia celebrul reformator educa ional John Holt. Odat intra i în sistemul clasic de înv mânt, micii colari ajung repede s fie umili i, speria i i descuraja i. V duvi i de dorin a fireasc de a explora, ei se vor sim i cople i i de cerin e f r noim i de test ri care ignor punctele lor forte. Vor c uta strategii de a p c li profesorii sau se vor limita la a înv a strict „pentru examene“. Plecând de la observarea procesului natural i fascinant în care copiii mici înva pe cont propriu s mearg , s vorbeasc sau s rezolve jocuri complicate, autorul îndeamn p rin ii i educatorii s creeze un mediu de înv are bazat pe încredere i deschidere, care s încurajeze nu doar achizi ia unor fragmente din diverse teorii, dar i dezvoltarea încrederii, r bd rii i autonomiei elevilor afla i la vârste fragede. Miza c r ii const în transformarea colii (dar i a c minului familial) într-un loc unde copiii s - i poat îmbun t i stilul natural de gândire i înv are.

John Holt (1927–1985), apreciatul reformator al sistemului tradi ional de înv mânt din SUA, a promovat colarizarea la domiciliu i a devenit celebru pe întregul mapamond în 1964 odat cu volumul *How Children Fail* (*Cum e ueaz copiii*).



SERIA CE SĂ FACI?

Ce să faci... când nu e corect

Ghid pentru copiii care vor să facă față invidiei și geloziei

Dr. Jacqueline B. Toner și Dr. Claire A.B. Freeland

Ilustrații de David Thompson

Traducere din engleză de Ciprian Iulea

Ai observat cum se uită piratii cu ocheanul la alte vapoare sau la înuturile îndepărtate? Când focalizează pe lucrurile mai bune aflate la distanță, ei nu mai văd ce se întâmplă în preajma lor. Uneori pierd toată distracția. Uneori nu văd comoara neprevăzută pe care deja o au.

La fel ca un pirat cu ochean, copiii se pot concentra asupra unui lucru pe care îl doresc și să nu le observe pe toate celelalte de care se pot bucura. Dacă ești un copil care crede că „nu e corect“, această carte este pentru tine!

Ce să faci... când nu e corect îi ghidează pe copii și părinți în gestionarea dificultăților emoționale de invidie și gelozie folosind strategii și tehnici bazate pe principiile cognitive-comportamentale. Această carte interactivă oferă resurse complete pentru a educa, a motiva și a le da copiilor puterea de a gestiona invidia – pentru a-și continua viața cu plăcere.

Dr. Jacqueline B. Toner și Dr. Claire A.B. Freeland sunt psihologi clinicieni în Baltimore, Maryland, fiecare având peste treizeci de ani de experiență în tratarea copiilor și părinților acestora.

David Thompson locuiește în Baltimore, Maryland, cu soția și cele două fiice. Reprezentând a treia generație de artiști în familie, nu are în minte vreodată în care să nu fi desenat.



Ce să faci... când nu-ți convine nimic
Ghid pentru copiii care vor să depășească negativitatea

Dr. Dawn Huebner

Ilustrații de Bonnie Matthews

Traducere din engleză de Ciprian Iulea

Viata ta este ca o cursă cu obstacole? Este incitant și distractiv, dar plin de locuri în el toare prin care trebuie să treci. Dacă ești un copil care se simte frustrat de acele locuri în el toare și îți vine greu să te mai bucuri de lucrurile frumoase din viață, această carte este pentru tine.



Ce să faci... când nu-ți convine nimic le prezintă copiilor și părinților tehnicile cognitive-comportamentale folosite pentru a trata gândirea negativă. Exemplele interesante și ilustrațiile îi ajută pe copii să vadă altfel obstacolele vieții, în timp ce desenele și activitățile îi determină să își folosească abilitățile pentru a depăși aceste obstacole. Instrucțiunile pas cu pas îi îndrumă pentru a deveni copii mai fericiți și pozitivi. Această carte interactivă oferă resurse complete pentru a educa, a motiva și a le da copiilor puterea de a se strădui să facă o schimbare.

Dr. Dawn Huebner este psiholog clinician în Exeter, New Hampshire, specializat în tratarea copiilor și părinților lor.

Desenele amuzante ale lui **Bonnie Matthews** apar în multe cărți și reviste pentru copii. Locuiește în Baltimore.

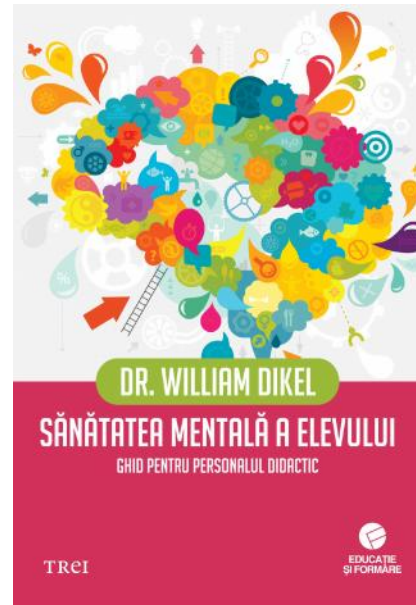
COLECȚIA EDUCAȚIE ȘI FORMARE

Sănătatea mentală a elevului *Ghid pentru personalul didactic*

Dr. William Dikel

Traducere din engleză de **Daniela Andronache**

Unu din cinci copii și adolescenți suferă de o tulburare mentală, potrivit unui studiu nord-american din 2013. Cartea de față oferă profesorilor, psihologilor școlari și managerilor din domeniul educațional informații psihologice și strategiile didactice necesare pentru a asigura un mediu previzibil, empatic și sigur pentru elevii afectați de ADHD, tulburări de conduită, anxietate, depresii, autism, adicții și alte afecțiuni psihice. Acest ghid practic oferă informații și sfaturi legate de managementul clasei și de stilul de învățare al elevilor cu vulnerabilități psihice, dar propune și o serie de intervenții psihologice suportive, comportamentale și de învățare socio-emoțională, realizabile împreună cu părinții și psihologii școlari.



"Toți copiii, toți elevii trebuie sprijiniți pentru a reuși. Cei care se confruntă cu probleme din zona sănătății mentale beneficiază de foarte puțină asistență, iar uneori sunt neglijați sau ignorați. Această carte le oferă profesorilor repere strategice și instrumente foarte utile pentru a contribui la bunăstarea mentală a celor cu care lucrează". – **Prof. univ. dr. Lucian Ciolan, decan al Facultății de Psihologie și Științele Educației, Universitatea din București**

William Dikel este profesor de psihiatrie la Universitatea din Minnesota și are o experiență de trei decenii în consultanță privind sănătatea psihică a elevilor.