

МБУК ЦБС Боготольского района
Каштановская библиотека



Книги, помогающие понять себя и других

пос. Каштан 2026



Человек постоянно ищет ответы на важные вопросы: кто я, чего хочу, почему поступаю именно так, как найти общий язык с окружающими. Литература становится надёжным проводником в этом поиске — в строках великих авторов мы нередко узнаём собственные мысли и чувства, находим слова для того, что долго оставалось невысказанным.

На этой выставке собраны произведения, которые помогают заглянуть вглубь себя и тоньше чувствовать других: от философских размышлений и психологической классики до художественной прозы, где через судьбы героев раскрываются универсальные человеческие переживания. Пусть каждая книга здесь станет для вас не просто чтением, а диалогом — с автором, с героями, а главное — с самим собой.

Сара Оквелл-Смит

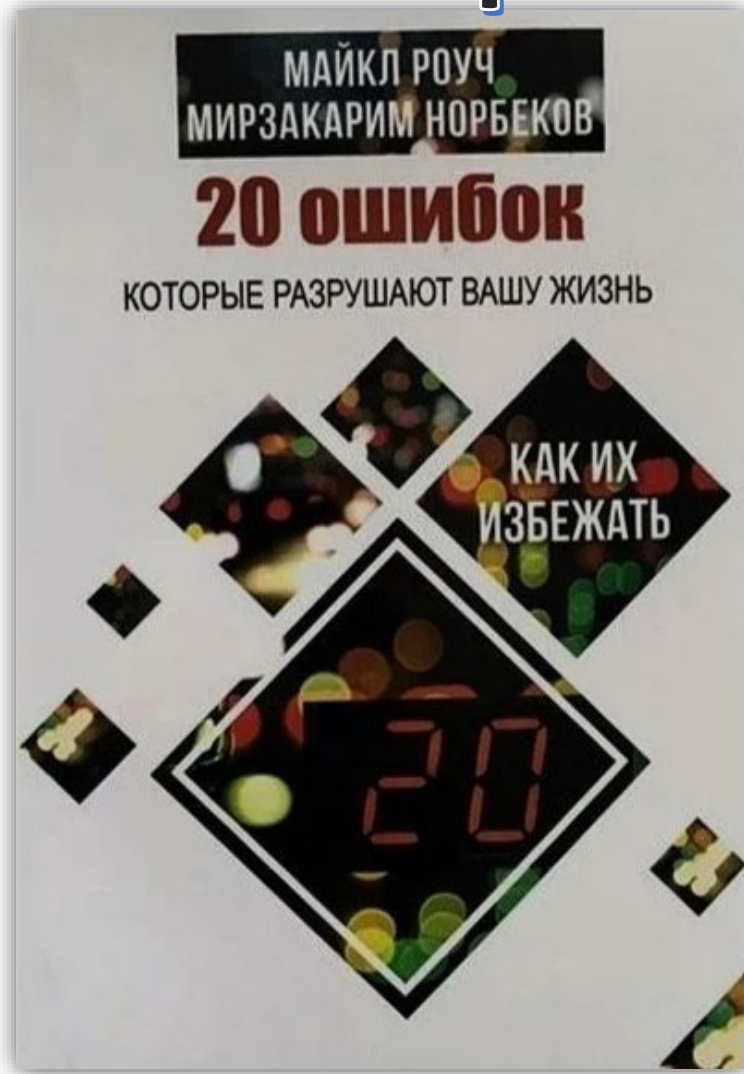


Появление в семье второго ребенка всегда отличается от рождения первенца и часто становится для родителей непростым испытанием. Приходится решать огромное количество вопросов и проблем - и бытовых, и психологических. Сара Оквелл-Смит, психолог, педиатр и мама четверых детей, подробно рассказывает, как правильно подготовиться к жизни с двумя детьми. Она делится личным опытом, историями своих клиентов, а также приводит данные последних научных исследований о том, какая разница в возрасте детей оптимальна, и другим актуальным темам. Практичная, честная и теплая книга успокоит и поддержит родителей на новом непростом этапе жизни и поможет справиться с любыми трудностями.

16+

Майкл Роуч

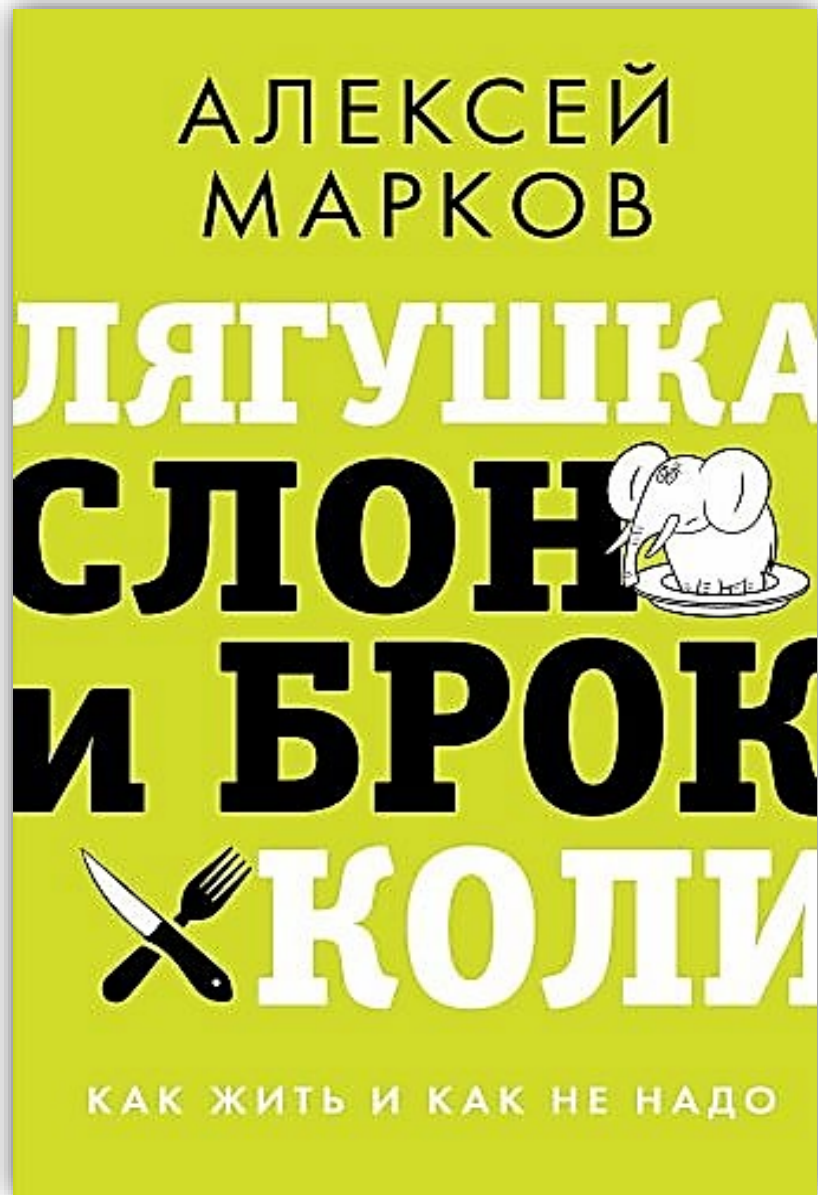
Мирзакарим Норбеков



Все люди мира совершают ошибки – большие и маленькие, серьезные и незначительные... И все они обычно тратят много времени на то, чтобы их скрыть, поскольку каждый хочет, чтобы думали о нем хорошо. Мы забываем свои и замечаем чужие ошибки, но не извлекаем из них пользы для себя, важного жизненного урока. В этой книге каждый из нас хочет поделиться с вами десятью Самыми Большими Ошибками, которые были в нашей долгой жизни. И хотя они многому научили нас, заставили изменить свое отношение к жизни, показали новые пути и возможности для развития – тем не менее они были... У вас же сейчас есть уникальная возможность выйти на новый жизненный уровень, приняв во внимание наши ошибки и прислушавшись к советам и рекомендациям.

16+

Алексей Марков



Для правильных решений надо освоить три метода: как съесть слона, как сожрать лягушку и когда следует есть брокколи. Про слона и лягушку вы наверняка слышали: слона надо есть медленно и по кусочкам, а лягушку - глотать первым делом, с утра. Идея с брокколи не так известна, но концепция такая: брокколи полезна для долголетия. Но для того чтобы дольше жить, мало это знать. Надо ее еще и регулярно есть. Почему сила воли работает плохо и зачем избегать тупости? Какие дела стоит сделать прямо сейчас, а какие лучше выкинуть из жизни? Чем привычки лучше целей? Как сделать что-то новое и интересное, не бросив все в самом начале? Как научиться чему угодно и войти в число лучших? Что такое осознанная практика и почему 10 тысяч часов может не хватить?

16+

Надежда Махмутова

НАДЕЖДА МАХМУТОВА

ПРАКТИКУЮЩИЙ ДЕТСКИЙ ПСИХОЛОГ,



АДАПТАЦИЯ К ДЕТСКОМУ САДУ без проблем



ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

 **БОМБОРА**
издательство

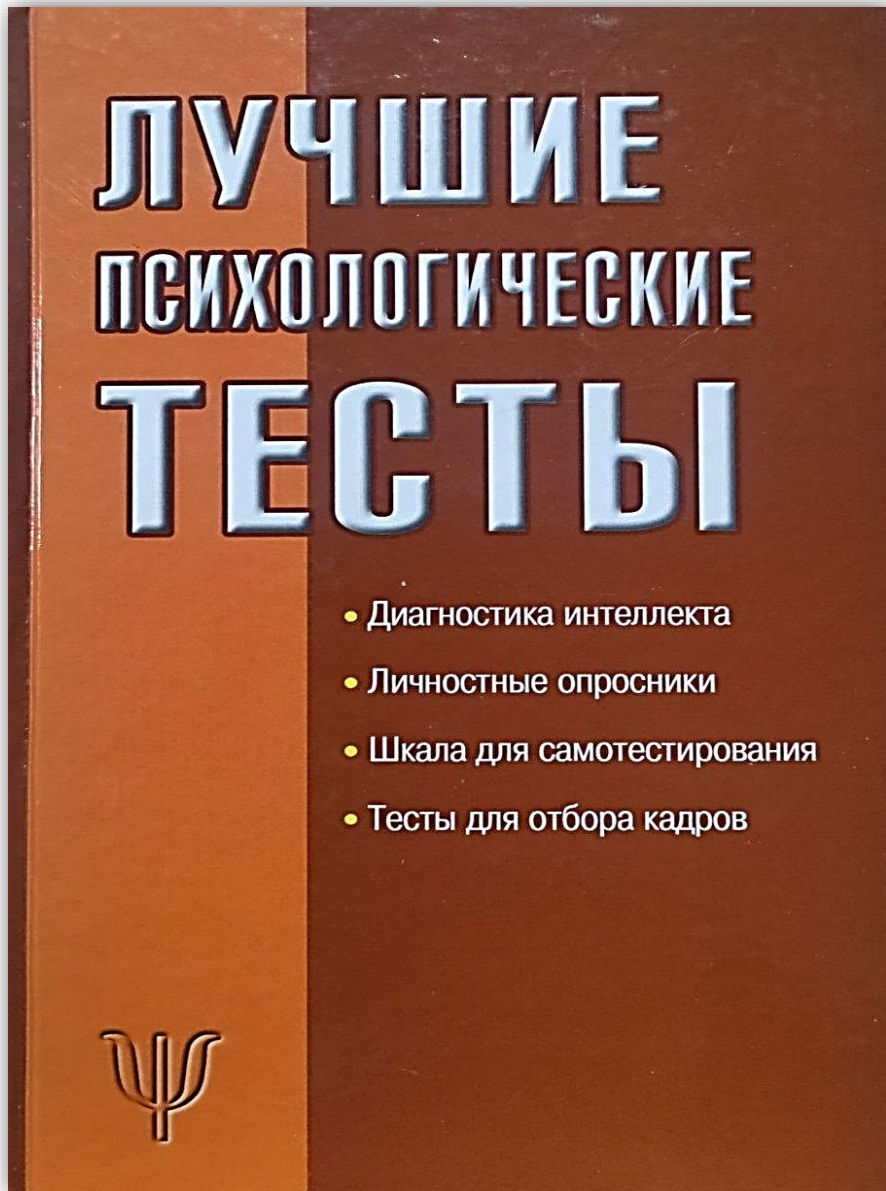
Первые дни в детском саду — это, как правило, слезы малышей и растерянность родителей. Но можно ли избежать этого стресса? Специалист по детско-родительским отношениям и практикующий психолог Надежда Махмутова поможет мягко и правильно адаптировать ребенка к новому этапу в его жизни. Автор предлагает пошаговый план действий и разбирает ошибки, которые часто совершают родители в период адаптации.

Из этой книги вы узнаете, как:

- собираться в детский сад без слез;
- наладить сон и питание;
- меньше болеть;
- построить хорошие отношения с воспитателем;
- минимизировать стресс ребенка и родителей.

16+

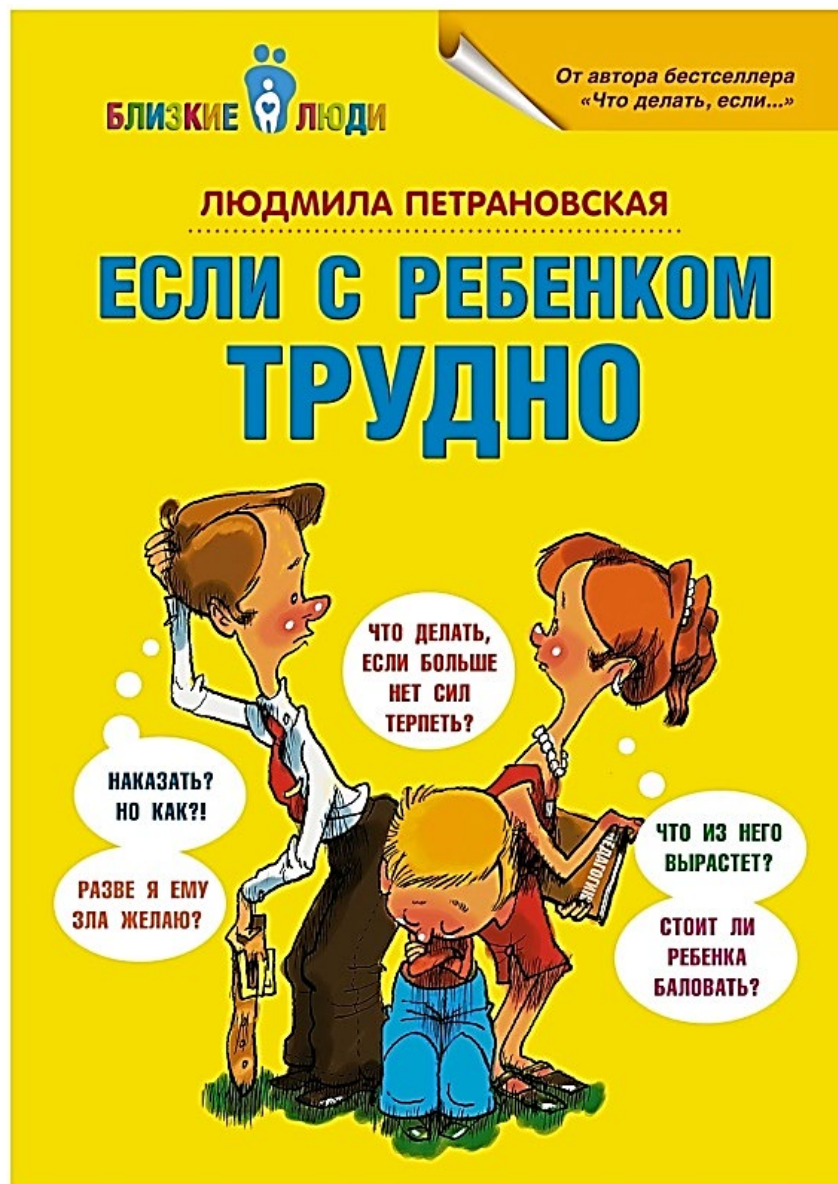
Лучшие психологические тесты



В этой книге представлены не только зарекомендовавшие себя методы диагностики темперамента, межличностных отношений, мотивационной и эмоциональной сфер, но и углубленная интерпретация тестов. В их описание включены стимульный материал, бланки для ответов, «ключи».

16+

Людмила Петрановская



Дети не слушают своих родителей, сколько стоит этот мир. В попытках научить «нерадивое чадо», как «надо себя вести», ответственные родители вооружаются новейшими психологическими «приемчиками», разучивают современные техники сидения на гречке, а дети в ответ лишь становятся все более раздражительными и непослушными. Что же нам мешает в отношениях с ребенком, а ему мешает вести себя лучше? Новая книга Людмилы Петрановской будет полезна родителям, отчаявшимся найти общий язык с детьми. Вы сможете научиться ориентироваться в сложных ситуациях, решать конфликты и достойно выходить из них. Книга поможет сохранить терпение, восстановить понимание и мир в семье.

16+

Наталья Ремиш



Говорить с ребенком на сложные и важные темы всегда непросто. Очень часто мы, родители, не можем найти подходящих слов, что-то выдумываем, чтобы не ранить чувства ребенка или потому что уверены: ему еще рано знать о таких вещах, а иногда вовсе уходим от ответа, меняя тему.

Книга «Просто о сложном» поможет поговорить с ребенком и разобраться в таких важных темах, как старость, развод, толерантность, зависть, смерть, рождение еще одного ребенка...

Благодаря простым и добрым историям, читать книжку можно вместе с ребенком. Так вы сможете не только обсудить с ним описываемые ситуации, но и лучше понять друг друга, построить тот самый мостик доверительных отношений, благодаря которому малыш всегда будет знать, что дома его любят, ценят и всегда честно ответят на любой вопрос.

16+

Ирина Чеснова



«Воспитание любовью. Как стать для своих детей большим и сильным взрослым» — это книга о родительстве, детско-родительских отношениях и воспитании детей в атмосфере тепла, доверия и ясных границ. Ирина Чеснова обращается к родителям, которым важно лучше понимать ребёнка и при этом не терять опору в себе. Разговор строится спокойно и по делу: без давления, без чувства вины и без жёстких схем. В центре внимания — повседневные вопросы, с которыми сталкиваются семьи: поведение детей, самооценка, эмоции, дисциплина, самостоятельность, учёба, гаджеты, деньги и подростковые трудности.

16+

Татьяна Покопцева



Слова, которые мы употребляем каждый день, влияют на наше восприятие людей, событий, на всю нашу жизнь, на то, как мы ее познаем посредством слова, сказанного нам, когда мы были маленькие, и услышанного нами во взрослом возрасте.

В эпоху потери коммуникативных навыков общения мы теряем связь друг с другом, в том числе внутри семьи. Никакие блага мира не помогут вашему ребенку стать счастливым, если не будет адекватного общения в семье. Существует прямая зависимость между тем, как разговаривают родители с ребенком, и тем, каким этот ребенок вырастает: невротиком или счастливым человеком. Языковое воспитание поможет ребенку выстроить правильное мышление о себе.

16+

Павел Астапов



«Будни учителя» - это сборник реальных историй, которые приоткрывают завесу школьной жизни. Павел Астапов рассказывает о своей работе без прикрас, но с иронией, погружает читателя в мир строгих правил и больших надежд, мир, тонкости которого остаются за кадром для большинства людей. Автор мастерски сочетает курьезные истории из школьной практики и реальные проблемы - от образовательных программ до общения с детьми, родителями, коллегами и администрацией.

О чем молчат учителя?

Вы узнаете в этой книге!

16+

Муниципальное бюджетное учреждение культуры
«Централизованная библиотечная система» Боготольского района
Каштановская библиотека

662071, Красноярский край,
пос. Каштан, ул. Буркова, д.7
Электронная почта: kashtan.bib2015@yandex.ru
www.bogotol-r.ru
vk.com/cbsbogotol
ok.ru/cbsbogotol

График работы:
Понедельник - суббота с 13:00 до 18:00
Перерыв с 13:00 до 13:30
Выходной день – воскресенье
Последний день месяца – санитарный день