

Kako postati i ostati (ne)sretan

Autor Magdalena Rončević
Nedjelja, 06 Studeni 2011 16:03



Zanimljiva knjiga dviju renomiranih psihologinja, Dubravke Miljković i Majde Rijavec, koje na jednostavan, duhovit i pristupačan način predstavljaju psihologiju iracionalnih vjerovanja. Kroz mnoge anegdote dočarale su jednostavnost življenja koje se odražava u osmijehu, toleranciji i samomotivaciji.

Knjiga se bavi temama poput "Zašto patimo?", "Moramo li patiti?", te kako možemo prepoznati i spriječiti iracionalna vjerovanja. Za svaku navedenu problematiku ponudile su uzrok, posljedicu, rješenje, te kvalitetne životne primjere. U knjizi se mogu naći i brojni testovi osobnosti kroz koje možemo upotpuniti sliku o sebi. Uz mudre i lijepe citate mnogih spisatelja i filozofa upotpunile su svaku cjelinu primjerima koji pojednostavljaju problem i predlažu efikasno rješenje.

Naše zadovoljstvo i nezadovoljstvo ne izazivaju izvanjski događaji, nego naše tumačenje tih događaja. Druge ljude i događaje teško možemo kontrolirati, ali svoje misli sigurno možemo.



Bilješka o autoricama

Dubravka Miljković i Majda Rijavec poznate su psihologinje i profesorice na Učiteljskom fakultetu u Zagreb

Kako postati i ostati (ne)sretan

Autor Magdalena Rončević
Nedjelja, 06 Studeni 2011 16:03

Zajedno su napisale mnoga djela na području psihologije svakodnevnog življenja, kao što su: Tko su do

Magdalena Rončević, Medikus kreativni laboratorij