



Ediční plán

1. pololetí 2022



Vážení čtenáři,

pro všechny, kdo se pohybují kolem knížek, je jistě dobrou zprávou, že přes všechny neuvěřitelné obtíže, které nás v poslední době provázely, se knihy stále píšou, vydávají i čtou. Je to důvod k velké radosti, že ani pandemie, ani nikým nepamatovaná krize s papírem, ani komplikace s dopravou aj. nezastavily naši společnou vášeň – číst knihy, které nás tím jedinečným a nezastupitelným způsobem obohacují, těší, vedou a posilují.

V Portále myslíme na všechny roviny současného života. Chceme vám nabídnout podporu pro váš sebevědomý a svobodný život, pro odvahu, které je třeba víc než kdy jindy, aby mohl být člověk skutečně sám sebou. V novém edičním plánu proto najdete knihy o psychické odolnosti, vystupování z myšlenkových pastí, hrdinkách v nás i psychologii vítězství. V nové knize známého terapeuta a spirituálního autora Thomase Moora *Terapie duše* se dočtete o síle a hodnotě jakéhokoli účastného bytí s druhými a pro druhé, ať se jedná o vztah terapeuta a klienta, provázejícího přítele či „pouze“ naslouchajícího. Stejný duch blízkosti a sdílení dobrého i toho skutečně náročného a bolestného najdete v nové knize psychologa a spisovatele Irvina D. Yaloma a jeho ženy Marylin s výmluvným názvem *O smrti a životě*.

I v knihách naší jarní nabídky se setkáte s psychopaty, nebezpečím vyhoření nebo se stigmatizací psychickým onemocněním, ale právě proto, abyste našli cestu, jak se takovým věcem postavit a vypořádat se s nimi.

Jedna z našich knih nese název „Aby nám tu bylo hezky“. Nezbyvá než popřát to samé nám všem, s vědomím, že s portálovskou knihou jsme k tomu stavu určitě o krok blíž.

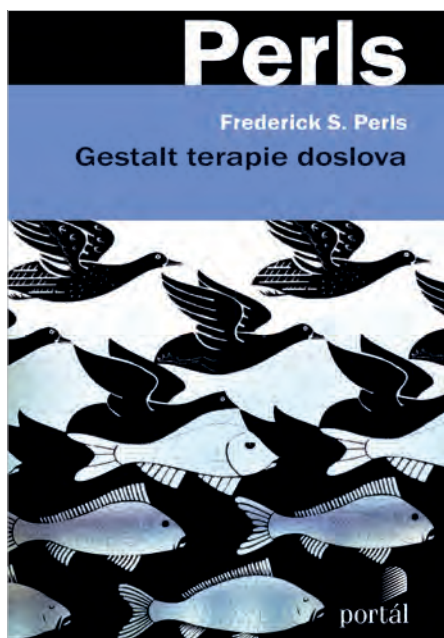
Mgr. Martin Bedřich, Ph.D.
šéfredaktor a jednatel

Frederick S. Perls

Gestalt terapie doslova

Překlad Petr Jochmann

Doslov Jan Roubal



978-80-262-1861-6, brož., 344 s., asi 499 Kč

GESTALT TERAPIE JE ZALOŽENA NA POZNÁVÁNÍ A VYJADŘOVÁNÍ VLASTNÍCH PROŽITKŮ „TADY A TEĎ“ A NA ŽIVÉM KONTAKTU S OKOLÍM A DRUHÝMI LIDMI.

Knih je souborem přepisů tří workshopů, které se odehrály ve slavném Esalenském institutu v roce 1968. V nich Perls živě demonstruje, co je gestalt: celek lidského prožívání, do něhož se v rámci terapie snažíme opět zahrnout všechny myšlenky, vjemy a emoce, které jsme od sebe dříve oddělili. První část knihy obsahuje čtyři přednášky, v nichž Perls jasně a jednoduše vysvětluje základní myšlenky, které podle něj tvoří filozofii a metodologii gestalt terapie. Následují záznamy semináře na téma snů. Hlavním Perlsovým záměrem zde není sen analyzovat, ale znovu prožít. Poslední část zaznamenává několik po sobě následujících individuálních sezení s jednou osobou a také skupinové setkání. Zde se Perls snaží zachytit další aspekty gestalt terapie, které z předchozích částí nejsou tak patrné. Kniha je základním svědectvím o tom, jak gestalt terapii praktikoval její zakladatel.

Původně byl Perls ovlivněn Freudem, ale později se od analýzy odklonil směrem k důrazu na prožívání a se svou ženou Laurou vytvořil koncept gestalt terapie. Kvůli svému židovskému původu Perls ve 30. letech 20. století odešel z Německa a zakotvil nejprve v Jižní Africe, později v USA a nakonec v Kanadě. Největšího vlivu dosáhl v rámci svého působení v kalifornském Esalenu.



Frederick S. Perls

(1893–1970) byl americký psychoterapeut německo-židovského původu.

Stanislav Grof

Dobrodružství sebeobjevování

Překlad Lenka Volavková

Doslov Petr Bob



978-80-262-1859-3, brož., 432 s., asi 599 Kč

VE SVÉ DOBĚ PRŮKOPNICKÉ, DNES JIŽ KLASICKÉ DÍLO SE Z HLEDISKA TRANSPERSONÁLNÍ PSYCHOLOGIE ZABÝVÁ MIMOŘÁDNÝMI STAVY VĚDOMÍ. Najdete zde

podrobný popis principů holotropního dýchání, založeného na relaxaci a hyperventilaci organismu. Díky němu se může jedinec dostat k prožitkům v období před narozením i prožitkům, které přesahují jeho osobní existenci (identifikace se zvířaty, předky, kolektivní vědomí, kosmické vědomí apod.), a využít je pro svůj osobnostní rozvoj. Grof se v knize oproti jiným svým dílům zaměřuje více na laické čtenáře a nabízí jim řadu příběhů a prožitků souvisejících s mimořádnými stavy vědomí.

Autor svou dráhu začal ve Výzkumném ústavu psychiatrickém v Praze, kde se zabýval psychedeliky. Po emigraci do USA působil v Marylandském psychiatrickém výzkumném centru a později na Univerzitě Johnse Hopkinse, ve slavném Esalenském institutu a na Kalifornském institutu integrálních studií. Se svou ženou Christinou rozvinul metodu holotropního dýchání a stal se jednou z hlavních postav transpersonální psychologie. U nás obdržel cenu VIZE 97 manželů Dagmar a Václava Havlových, ale na druhou stranu i dva Bludné balvany od Českého klubu skeptiků Sisyfos.



Stanislav Grof

je psychiatr s více než padesátiletou zkušeností ve výzkumu mimořádných stavů vědomí.

Stanislav Grof: *Dobrodružství sebeobjevování*



Kdyby mechanistické paradigma bylo skutečně pravdivým a úplným popisem reality, osvícený člověk zakládající své chápání světa na vědě by musel přijmout fakt své vlastní bezvýznamnosti, jakožto jednoho z miliard lidí obývajících jedno z nesčetných nebeských těles ve vesmíru obsahujícím miliony galaxií. Musel by také uznat, že lidé nejsou nic víc než vysoce vyvinutá zvířata, biologické stroje skládající se z buněk, tkání a orgánů. V tomto kontextu je naše vědomí fyziologickým produktem mozku a naši psychiku řídí nevědomé a neovladatelné síly biologické povahy.

Pokud je hluboké přesvědčení o existenci spirituality zjištěno u necivilizovaných kultur s nedostatečným systémem vzdělání, je obvykle připisováno nevědomosti, dětinské naivitě a pověrčivosti. V souvislosti s naší kulturou takové vysvětlení neobstojí, zvláště vyskytne-li se u velmi vzdělané osoby s vysokou inteligencí. Zde se tradiční psychiatrie přikloní k výsledkům psychoanalýzy a hledá kořeny náboženské víry v nevyřešených konfliktech z raného dětství. Představy božstev jsou pak interpretovány jako infantilní obrazy osob rodičů, náboženské postoje věřících jako znaky emoční nezralosti a dětské závislosti a rituální aktivity považují za důsledek boje s ranými psychosexuálními podněty a za mechanismy související s obsedantně-kompulzivní poruchou.

Přímé spirituální zážitky, jako například pocity kosmické jednoty, scény smrti a znovuzrození, setkání s archetypálními bytostmi, vize nadpřirozeně krásného světla, nebo vzpomínky na minulé inkarnace, se pak považují za hrubé deformace objektivní reality, a tudíž symptomy vážné duševní choroby. O šamanismu antropologové obvykle hovoří s poukázáním na schizofrenii, hysterii nebo epilepsii a psychopatologickými diagnózami byli obšťastněni také všichni velcí prorokové, svatí a mudrci. V psychopatologických termínech se hovoří dokonce i o meditaci. Jako příklad tu může sloužit pasáž z článku známého psychoanalytika Franze Alexandra, který přirovnává buddhistickou meditaci k uměle navozené katatonii: „Naše současné psychoanalytické znalosti jasně ukazují, že buddhistické soustředění na sebe je libidinózní, narcistické obrácení naléhavé touhy po vědění směrem dovnitř, že je to druh uměle navozené schizofrenie s totálním odklonem libidinózního zájmu od vnějšího světa.“ Až na několik výjimek, jako je například Carl Gustav Jung, Roberto Assagioli a Abraham Maslow, západní psychiatrie spiritualitu neuznává a představa o tom, že existují nějaké rozdíly mezi mystikou a psychózou, je jí zcela cizí.



Søren Kierkegaard

Bázeň a chvění / Nemoc k smrti

Překlad a doslov Marie Mikulová-Thulstrupová



978-80-262-1854-8, brož., 312 s., asi 475 Kč

Těžké je nalézt toho, komu bychom se mohli oddat, ale nevýslovně těžší je nemoci se oddat.

KNIHA BÁZEŇ A CHVĚNÍ SI BERE NÁZEV

Z NOVOZÁKONNÍCH EPIŠTOL. Kierkegaard se snaží pochopit úzkost, jakou musel cítit Abrahám, když ho Bůh vyzval, aby obětoval svého syna Izáka. Posledním stadiem před dosažením víry je podle autora stav nekonečné rezignace a odhodlání vzdát se všeho, co by člověk upřednostňoval před Bohem. Nemoc k smrti pojednává o zoufalství, které Kierkegaard z křesťanského pohledu označuje za hřích, i když psychologicky ho chápe. Název odkazuje na příběh vzkříšeného Lazara. Autor rozebírá různé podoby zoufalství, které se vztahují k tomu, jak člověk dokáže přijmout vlastní konečnost (fyzickou složku) či nekonečnost (duchovní složku). Oba spisy vznikly ve 40. letech 19. století a dodnes zůstávají významné jak v rámci autorova díla, tak v kontextu existenciální filozofie a psychologie.

Kierkegaard je pokládán za zakladatele křesťanské a existenciální psychologie a pro jeho styl je typické metaforické, poetické vyjadřování. Zaznívá od něj silná kritika vůči Hegelově filozofii, stejně jako vůči formálnosti tehdejší církve. Soustředí se na konkrétní lidské prožívání a staví nutnost osobní volby do protikladu k abstraktnímu myšlení.



Søren Kierkegaard

(1813–1855) byl dánský filozof a předchůdce existencialismu.

Søren Kierkegaard: *Bázeň a chvění / Nemoc k smrti*



Abrahám však věřil – a věřil pro tento život. Kdyby jeho víra platila jen tomu budoucímu, byl by se lehčeji všeho vzdal, jen aby už unikl ze světa, do něhož nepatřil. Ale Abraháмова víra taková nebyla – jestli se taková víra vůbec najde; vždyť by to vlastně ani nebyla víra, jen její nejzazší možnost, jež svůj předmět na nejvzdálenějším obzoru pouze tuší, avšak je od něho oddělena zející propastí zoufalství. Abrahám však věřil právě pro tento život, že má na zemi zestárnout, že bude lidmi ctěn, v rodě požehnán a připomínán v Izákovi, v tom nejdražším, co kdy v životě vůbec měl, v synovi láskou zobjímaném. Jen chudým výrazem této lásky bylo věrné plnění otcovské povinnosti, jež ukládá syna milovat, jak to je vyjádřeno v Božím oslovení: Toho syna, jehož miluješ. Jákob měl dvanáct synů a jen jednoho miloval, Abrahám měl jediného a toho miloval.

Avšak Abrahám věřil a nepochyboval, věřil v nemožnost. Kdyby byl pochyboval, byl by asi udělal něco zcela jiného, něco velikého a skvělého, neboť jak by mohl Abrahám konat jiné věci než veliké a nádherné? Byl by šel na horu Mória, nasekal dříví, zapálil hranici, vytasil nůž – a zvolal k Bohu: nepohrdni mou obětí! Víím, že ti nedávám to nejlepší, co mám, neboť co je starý člověk proti potomku zaslíbení? – ale je to to nejlepší, co ti dát mohu! Ať se to Izák nikdy nedozví, ať se raduje ze svého mládí! – Byl by vrazil nůž do vlastních prsou. Byl by býval světem obdivován a jeho jméno by nebylo zapomenuto. Ale být obdivován je něco jiného než stát se vedoucí hvězdou, zachraňující člověka v úzkosti.

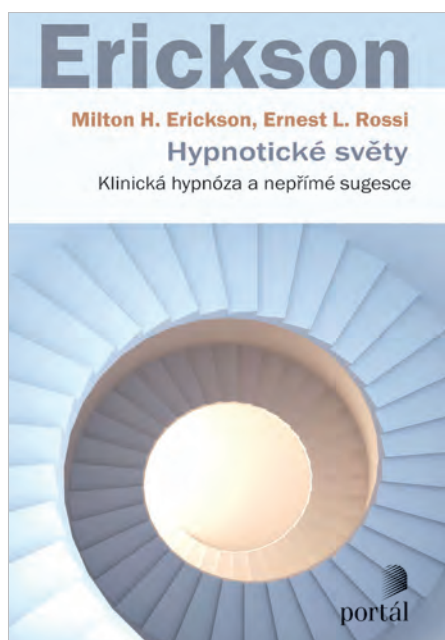


Milton H. Erickson, Ernest L. Rossi

Hypnotické světy

Klinická hypnóza a nepřímé sugesce

Překlad Tomáš Kohoutek, Kateřina Kleinová



978-80-262-1889-0, brož., 344 s., asi 499 Kč

NEVĚDOMÍ JE KREATIVNÍ A SCHOPNÉ SAMO NABÍDNOUT ŘEŠENÍ PSYCHICKÉHO PROBLÉMU ČLOVĚKA, myslí si Erickson, který inspiroval přístupy krátké terapie, systemické terapie, na řešení zaměřené terapie a neurolingvistického programování. Kniha je doslovným záznamem Ericksonovy indukce klinické hypnózy a jeho přístupu k nácviku tranzu. Poskytuje studentům i odborníkům jasné příklady vývoje klinických hypnotických jevů. Dvěma hlavními inovacemi v tomto svazku jsou teorie využití hypnózy a nepřímé formy návrhů. V každé kapitole spoluautor Ernst Rossi objasňuje a rozpracovává relevantní otázky právě ilustrované Ericksonovy práce a analyzuje Ericksonův přístup k odhalení některých základních proměnných, které lze izolovat a testovat budoucí experimentální prací. Tyto sekce jsou mostem mezi klinickým uměním Ericksonovy hypnoterapie a systematickým úsilím vědecké snahy o porozumění lidskému chování. V Portále již vyšla kniha Sidneyho Rosena o ericksonovském přístupu.



DOPORUČENÝ TITUL:

Můj hlas půjde
s tebou



Milton H. Erickson

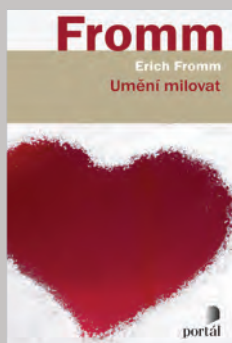
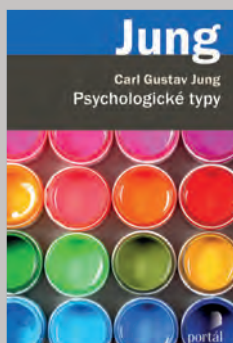
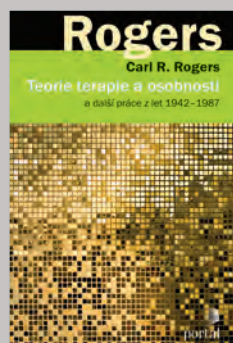
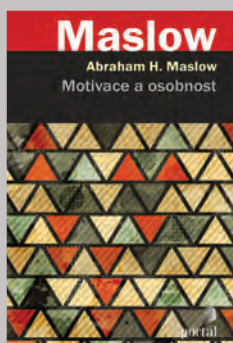
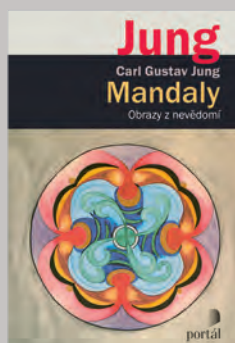
(1901–1980) byl americký psychiatr a psycholog, zakladatel nového přístupu k hypnóze a jejího využití v terapii i v životě.



Ernest L. Rossi

je americký psycholog a psychoterapeut, editor sebraných spisů M. H. Ericksona, autor mnoha knih na téma hypnoterapie.

Nejprodávanější z edice Klasici

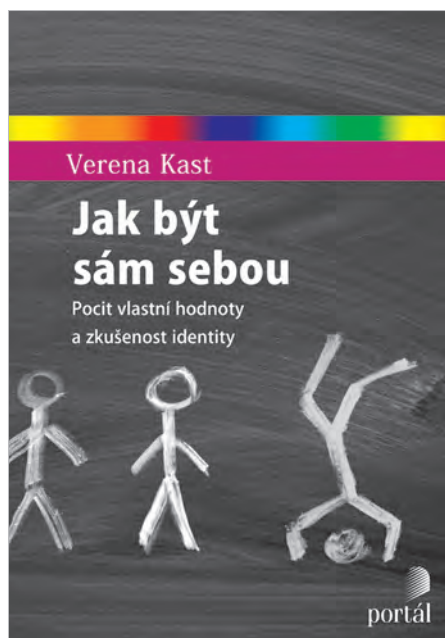


Verena Kast

Jak být sám sebou

Pocit vlastní hodnoty a zkušenost identity

Překlad Petr Patočka



978-80-262-1917-0, brož., 200 s., asi 349 Kč

Řekneme-li například, že nejsme sami sebou, pak většinou myslíme to, že nejsme v kontaktu se svými emocemi, cítíme se proto možná neživí. Jestliže je někdo naprosto bez emocí, pak je téměř nemožné s tímto člověkem navázat kontakt.

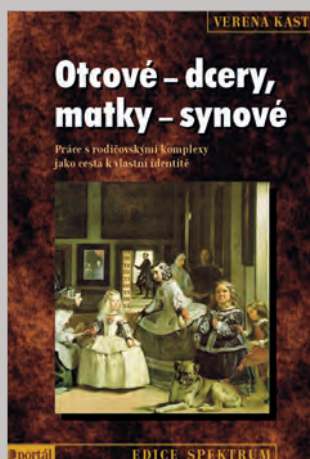
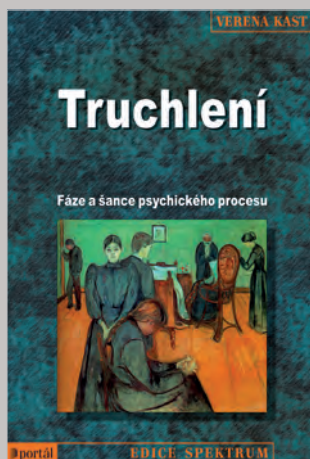
KDO VLASTNĚ JSEM? Souvisí s mojí identitou to, jak mě vidí jiní lidé? Co mě dělá nezaměnitelným a takovým, jaký chci být? Ten, kdo má pocit, že žije v souladu se sebou, zakouší rovněž dobrý pocit vlastní hodnoty, který také vyznačuje navenek. Identita je ale něco živého a stále znovu se ustavuje. Autorka proto vysvětluje, v čem spočívá schopnost být sám sebou a co nás vlastně drží pohromadě jako svébytné osobnosti. K tomu si vypomáhá zejména Eriksonovou teorií psychosociálního vývoje a Jungovým pohledem na individuaci, ale také příklady z života konkrétních jedinců.



Verena Kast

vystudovala filozofii a psychologii, působí jako analytička ve švýcarském St. Gallenu a přednáší na Institutu C. G. Junga v Curychu.

Knihy Vereny Kast

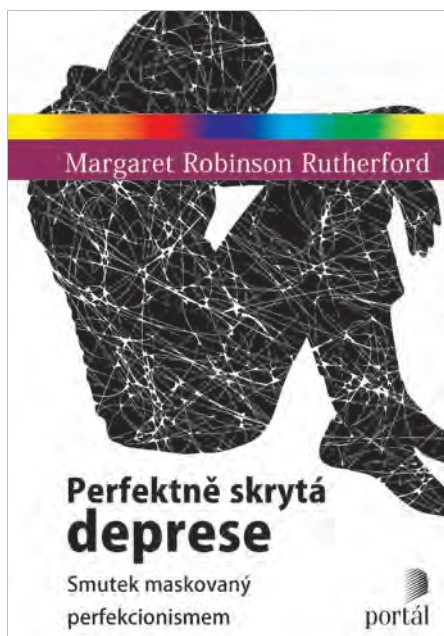


Margaret Robinson Rutherford

Perfektně skrytá deprese

Smutek maskovaný perfekcionismem

Překlad Hana Antonínová



978-80-262-1878-4, brož., 216 s., asi 359 Kč

Protijed na perfekcionismus je sebezpřijetí.

JAK JSTE SE NAUČILI SKRÝVAT BOLEST? Možná jste vzali svou bolest nebo jakoukoli známku zranitelnosti nebo smutku a skryli ji za masku štěstí a produktivity, která chránila vaše pravé já před zraky světa. Možná jste se neúnavně snažili vybudovat život, který zvenčí vypadá dokonale. Možná jste si vědomi této destruktivní adaptace. A možná nejste – dokud se nezastavíte a nedovolíte si všimnout, že tu není nikdo, kdo by vás doopravdy znal, protože ho nepustíte k sobě. Pokud to zní jako vy, možná zažíváte to, čemu autorka říká perfektně skrytá deprese. Tento průvodce pomůže rozpoznat perfekcionismus, identifikovat destruktivní myšlenkové scénáře, objevíte díky němu mocné strategie zvládání nepříjemných pocitů, a co je nejdůležitější, zjistíte, že když si řeknete o pomoc, nebude to známka slabosti, ale síly. Autorčiny příběhy jsou opřené o roky práce s lidmi s depresí a se vztahovými problémy, schopnost poutavě a srozumitelně psát předvádí i na svém blogu či facebooku a při tvorbě podcastů s tematikou perfektně skryté deprese.



Margaret Robinson Rutherford, Ph.D., je klinická psycholožka s více než pětadvacetiletou praxí.

Margaret Robinson Rutherford: Perfektně skrytá deprese



S politováním musím napsat, že sklon k perfekcionismu a perfektně skryté depresi mají lidé každého věku, rasy i náboženství. Pokud vás upoutal výraz „perfektně skrytá deprese“, pokud jste při pohledu na název této knihy pocítili okamžitou úlevu, sounáležitost nebo zvědavost, pokud váš perfekcionismus začíná být přespříliš tíživý, je tato kniha určena právě vám.

Jestliže se potýkáte se sebevražděnými myšlenkami nebo jestliže se takové myšlenky vynoří při čtení, musíte okamžitě vyhledat odbornou pomoc.

Jste-li mladší, měli byste říci někomu dospělému, že máte značné emoční potíže. Tato kniha vám snad dodá odvalu k tomu, abyste to udělali. V nebezpečných okolnostech vám však neposkytne dostatečnou oporu.

Jste-li rodičem, přečtěte si tuto knihu, abyste posílili svou všímavost a schopnost rozhodovat se spolu s dětmi. Oslovili mě truchlíci rodiče mladých lidí, kteří působili nesmírně úspěšným dojmem. Po dobrovolném odchodu svých dětí ze života si zdrcení rodiče kladou otázku, co jim uniklo a co měli udělat. Naučíte-li se vyjádřit celou škálu vlastních emocí, bude to pro vaše děti nesmírně cenný dar, protože se mnohem častěji budou řídit vašimi činy než vašimi slovy. Pokud jste se znepokojením sledovali, jak na sebe váš partner denně klade vysoké nároky, nebo pokud víte o nějakém dávném traumatu, o němž nikdy nehovoří, tato kniha vám možná pomůže, abyste ho lépe pochopili. Můžete s ním promluvit o svých pozorováních a snad ho dokonce i přimějete, aby si knihu sám přečetl. Jste-li terapeut, tato kniha rozšíří vaše úvahy a zpochybní vaše představy o tom, jak může vypadat deprese.



Violet Oaklander

Ukrytý poklad

Dětské nitro z pohledu gestalt terapie

Překlad Marcela Koupilová



978-80-262-1879-1, váz., 256 s., asi 459 Kč

STUDNICE RŮZNÝCH POZOROVÁNÍ, PŘÍKLADŮ, PODNĚTŮ A DOPORUČENÍ PRO PSYCHOTERAPEUTICKOU PRÁCI S DĚTMI. Téměř třicet let po knize *Třinácté komnaty dětské duše* přišla autorka s novou publikací. I ta se zaměřuje na vztah mezi terapeutem a dítětem či dospívajícím a představuje řadu tvořivých, expresivních a projektivních technik. Stává se tak mapou ke skrytému pokladu, který ale nikdy nelze úplně odhalit, protože dítě se stále rozvíjí a mění a jeho hloubka je nezměrná. Pomocí této mapy se autorka snaží, aby děti navázaly kontakt s vlastními emocemi, zlepšily své vztahy s druhými lidmi, oživily své smysly a našly kontakt s vlastním tělem. I když je kniha psaná z pozice gestalt terapie, je vhodná pro všechny psychoterapeuty, psychology, sociální pracovníky, vychovatele a další odborníky, kteří pracují s dětmi a mládeží, pro rodiče, a dokonce i pro dospělé, kteří chtějí navázat kontakt se svým vnitřním dítětem.



DOPORUČENÝ TITUL:

Třinácté komnaty
dětské duše



Violet Oaklander

pracovala jako psycholožka a psychoterapeutka se zaměřením na děti a dospívající. Vedla výcvikové semináře o svém přístupu, který kombinoval gestalt terapii s řadou expresivních technik.

Violet Oaklander: Ukrytý poklad



Proč chodí děti na terapii? Na tuto otázku byste nejspíše odpověděli nějak takto – protože jsou určitým způsobem narušené, nedaří se jim ve škole, jsou agresivní nebo stažené do sebe, prožily nějaké trauma, špatně reagují na rozvod rodičů a podobně. To všechno jsou symptomy a reakce. Co ale všechno tyto symptomy a reakce způsobuje?

Hodně jsem tuto otázku promýšlela a ráda bych zde předložila své závěry. Možná se vám to, co budu říkat, bude jevit jako zcela základní a prosté. V podstatě se dívám na to, co je zjevné, ale máme to sklon přehlížet. Někdy se totiž jen potřebujeme vrátit k tomu zjevnému. Většina dětí, s kterými jsem se během let setkala při terapiích, měla dva základní problémy. Jednak mívají problém navázat dobrý kontakt: s učiteli, rodiči, vrstevníky, knihami. Jednak mají obecně potíže s nízkým sebevědomím, pocitem vlastní hodnoty a celkovým vnímáním svého já (sense of self). K popisu toho, jak děti vnímají samy sebe, se častěji užívá výraz „sebepojetí“ (self-concept). Já ráda používám spojení „celkové vnímání svého self“ (sense of self), protože se tím vyhneme posuzujícímu postoji a také je to ucelenější koncept.

Aby člověk navázal dobré spojení se světem, musí k tomu dobře využívat ty kontaktní funkce, ke kterým řadíme dívání, poslouchání, dotýkání,

ochutnávání, čichové vnímání, hýbání, vyjadřování pocitů, idejí, myšlenek, zájmů a tak dál. A shodou okolností se právě těmito cestami utváří já každého jedince. Děti, které jsou v důsledku traumatu nebo z nějakého jiného důvodu citově narušené, mají sklon se nějakým způsobem „odříznout“; znecitliví své smysly, nějak se omezí tělesně, zablokují své emoce a uzavřou svou mysl. To pak výrazně ovlivňuje jejich zdravý růst a jejich problémy se tím ještě zhoršují. Pokud tedy něco z toho prožívají, nedokážou navázat ono dobré spojení a jejich já se tak inhibuje.

Uvědomila jsem si ale, že se děti k těmto nezdravým postupům neuchylují pouze pod vlivem traumatu nebo jiných problematických situací v životě. Přispívají k nim totiž také různé vývojové faktory.

Jsem přesvědčená, že zdravé dítě přichází na svět se schopností plně využívat své smysly, tělo, emoční výrazy, intelekt. Přichází na svět jako smyslová bytost – potřebuje sát, aby přežilo; potřebuje lidský dotek, aby prospívalo. A jak roste, aktivně používá další smysly.



Phoebe Caldwell, Jane Horwood

Intenzivní interakce a senzorycká integrace

u dětí s PAS

Překlad Petra Diestlerová

Ilustrace Magdalena Kokešová



978-80-262-1890-6, brož., 128 s., asi 299 Kč

Terapie senzorycké integrace je přístup, který vypracovala v 70. letech americká ergoterapeutka Anna Jean Ayres.

METODA SENZORYCKÉ INTEGRACE POMÁHÁ OPTIMALIZOVAT ZPRACOVÁNÍ SMYSLOVÝCH VJEMŮ.

Osoby s poruchou autistického spektra mají obtíže s vnímáním smyslových podnětů. Často se cítí odříznuty od reality a přetíženy, což se promítá v jejich chování. Tato kniha ukazuje, jak můžeme navázat kontakt s dětmi, které komunikují neverbálně nebo částečně neverbálně, a jak jim můžeme pomoci zvládat případné krize. Intenzivní interakce pracuje s řečí těla, která umožňuje navázání kontaktu, a senzorycká integrace jim pomůže v tom, že pochopí, že svět kolem nich má smysl. Při senzorycké integraci využíváme řeč těla a různé tělesné aktivity. Kniha obsahuje řadu příkladů doplněných ilustracemi a uvítají ji speciální pedagogové a ergoterapeuti.



Phoebe Caldwell

se více než 45 let specializuje na práci s osobami s poruchou autistického spektra.



Jane Horwood

je dětská ergoterapeutka specializující se na senzoryckou integraci.

Angelika Rohwetter

Únava ze soucitu

Jak předcházet vyčerpání v pomáhajících profesích

Překlad Kateřina Prešlová



978-80-262-1891-3, brož., 152 s., asi 299 Kč

Angelika Rohwetter napsala důležitou knihu na důležité téma... Navíc nabízí širokou škálu praktických přístupů, pro jednotlivce i skupiny, jak se dostat z pasti soucité únavy nebo ještě lépe do ní nespadnout. Recenze na [amazon.de](https://www.amazon.de)

CÍTÍTE PŘI PRÁCI S LIDMI NUDU A NETRPĚLIVOST?

Jste při terapii nesoustředění, unavení, díváte se tajně na hodinky? Máte pocit, že jste to samé už slyšeli mokrát? Vaši pacienti se nelepší? Máte radost, když klient zruší setkání? Pak možná zažíváte únava ze soucitu.

Autorka popisuje odlišnost tohoto jevu od vyhoření, deprese a sekundární traumatizace a nabízí psychologům a terapeutům, jak s takovou únavou pracovat z pohledu ego-stavů. Popisuje, co znamená, když je pomáhající jedinec zraněný, a upozorňuje, že určité typy terapie způsobují únava ze soucitu s vyšší mírou pravděpodobnosti. Kromě toho nabízí kazuistiky a různá cvičení, která mohou odborníci provádět individuálně nebo ve skupině.



Angelika Rohwetter

je psycholožka specializující se na tělovou terapii, práci se staršími lidmi a traumaterapii. Pracuje ve vlastní praxi v Brémách a je autorkou řady publikací.

Irma Bohoňková

Manažer koučem

Koučovací přístup při vedení lidí



978-80-262-1873-9, brož., 232 s., asi 349 Kč

UČEBNICE ZÁKLADŮ KOUČOVÁNÍ PRO MANAŽERY A VEDOUCÍ PRACOVNÍKY

- tedy pro ty, kdo netouží koučovat na profesionální úrovni, ale chtějí se naučit používat koučovací techniky, nástroje a dovednosti, jež by jim pomohly při každodenním vedení lidí.

V knize se dozvíte, proč je pro manažery užitečné umět koučovat, a také si ověříte, jestli máte pro koučování předpoklady. Dozvíte se, jak vést koučovací rozhovor, jak klást koučovací otázky, jak aktivně naslouchat. Naučíte se, jak za pomoci koučování nastavovat cíle, vytvářet akční plány, poskytovat zpětnou vazbu, vést hodnotící a motivační rozhovory, řešit problémy či vést týmová setkání. Text je doplněný mnoha ukázkami z koučovacích rozhovorů a praktickými tipy pro využití daných technik.

Autorka vychází ze své více než patnáctileté praxe profesionálního kouče, z vedení stovek kurzů a výcviků koučovacích dovedností, ze svých zkušeností při koučování mnoha vedoucích pracovníků v řadě různých firem a organizací i ze svého vlastního působení na manažerských pozicích. Je autorkou knihy *Sám sobě koučem* (2010).



Mgr. Ing. Irma Bohoňková, PCC,
je profesionální certifikovaný kouč
a lektor manažerských a koučovacích
dovedností.

Irma Bohoňková: Manažer koučem



Kouč učí koučovaného myslet a jednat ve výsledkovém rámci (na rozdíl od často používaného problémového rámce). Co to znamená?

Svět kolem nás není sám o sobě takový, nebo makový, černý, nebo bílý. Je takový, jak ho my sami vnímáme a jak si ho pro sebe interpretujeme. Naše vnímání světa je vždy subjektivní.

Každý z nás se dívá na svět přes různé filtry vnímání, přes jakési naše „osobní brýle“. Obraz, který vidíme, zasazujeme do pomyslného rámu a tento rám pak zpětně ovlivňuje, jak obraz vnímáme. Protože nejsme schopni zpracovávat všechny ty miliony vjemů, které na nás z vnějšího prostředí neustále dopadají, zvykli jsme si provádět určitý výběr. Vnímáme selektivně, něco do své hlavy vpustíme, něčeho si velmi intenzivně všímáme, něco naopak ignorujeme nebo vytěšňujeme. Ve skutečnosti se vždy děje mnoho věcí, které vůbec nevnímáme.

To, co přes naše filtry projde, pak náš mozek nějak hodnotí a interpretuje. Ze svých vjemů si odvodíme nějaký význam. Ten je ale ve

skutečnosti jen jedním z mnoha možných významů. To je důvod, proč různí lidé hodnotí stejnou situaci úplně jinak, proč dospívají k odlišným závěrům. Používáme tedy určité filtry myšlení, které si vytváříme za pomoci našich osobních zkušeností.

Filtry, které používáme, jsou na jednu stranu užitečné, ochraňují nás před záplavou podnětů a přetížením našeho mozku. Zároveň je ale důležité si uvědomit, že filtr připouští pouze náš osobní pohled na věc a může nás omezovat, pokud chceme vidět širší obraz, porozumět ostatním lidem nebo vidět více možností volby. Filtr nám uzavírá pohled na jiné možnosti.

Příkladem takového filtrování je, zda se díváme na svět spíše prizmatem problémového rámce, nebo naopak výsledkového rámce.

Jedním ze základních principů koučování je důsledné používání výsledkového rámce. Kouč svými otázkami a komentáři neustále mění problémový rámec na výsledkový rámec. Používá techniku přerámování.



Anna Kåver

Cesty ke klidu

Jak se vyrovnat s nejistotou

Překlad Ela Doležalová



978-80-262-1856-2, brož., 144 s., asi 299 Kč

Dělat si starosti je společné všem lidem, pochopitelné a někdy i konstruktivní. Ale pokud máme neustále rozsvícenou výstražnou kontrolku, může být těžké žít život naplno.

JSEM DOST DOBRÝ? JSEM MILOVANÁ? Má můj život smysl? Je můj život dostatečně bezpečný? Autorka, švédská terapeutka, si dala za cíl v této knize „přiblížit štěstí i výzvy obsažené v lidském bytí“. Hlavním tématem zčásti úvahového, zčásti populárně-naučného textu je lidská „vestavěná“ zranitelnost a neuchopitelný strach, který vyvolávají vnější, neovlivnitelné aspekty naší existence. Tyto okolnosti jsou rozebírány z různých perspektiv – biologické, filozofické, psychologické, společenské, globální i individuální. Řeč bude například o myšlenkové rigiditě, neschopnosti nakládat s emocemi či repetitivních myšlenkách. Závěrečná kapitola nabízí užitečné návody k pozitivnímu přerámování neklidu.



Anna Kåver

je švédská psycholožka, psychoterapeutka, psychiatrická (specializace KBT, hraniční porucha osobnosti) a autorka většího počtu oceněných knih o psychologii.

Per Jensen

Zvířata nejsou bez citu

Co víme o zvířecích emocích

Překlad Klára Fafejtová



978-80-262-1881-4, brož., 168 s., asi 329 Kč

Také jako e-kniha

■ Mohou prasata a kuřata cítit empatii? Může kráva truchlit? Doufejme, že po četbě mé knihy se na živá zvířata budete dívat s větším respektem a soucitem.

JEN MÁLOKDO SE ZABÝVÁ TÍM, CO CÍTÍ TVOROVÉ, KTERÍ JSOU SOUČÁSTÍ NAŠÍ STRAVY. Autor, švédský profesor etologie, vysvětluje emoční fungování u nejběžnějších druhů hospodářských zvířat – slepic, ovcí, prasat, krav a ryb, aniž by ovšem hodnotil počínání lidí či moralizoval. Tím motivuje k úvahám o tom, zda je dnešní způsob zacházení s hospodářskými zvířaty adekvátní. Píše o rozdílech mezi smyslovým vnímáním u člověka a u zvířat, o zvířecích stresorech, o komunikaci se zvířaty, o tom, co ve zvířatech vzbuzuje příjemné emoce, o široké paletě zvuků, které vydávají, o zvířecí řeči těla, jejich zvířecí identitě i o poměrech ve skupině. Zamýšlí se také nad odlidštěním našeho vztahu k hospodářským zvířatům či nad problematikou levného masa. Text je doplněn odkazy na různé odborné studie a informacemi z českého prostředí.



Per Jensen

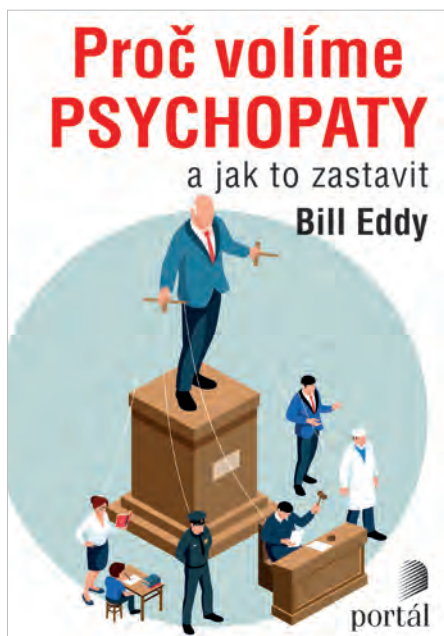
je profesorem etologie na univerzitě ve švédském Linköpingu, který se specializuje na chování zvířat.

Bill Eddy

Proč volíme psychopaty

a jak to zastavit

Překlad Barbora Latečková

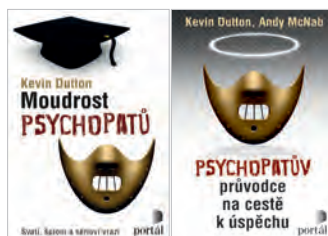


978-80-262-1880-7, brož., 240 s., asi 399 Kč

Také jako e-kniha

Autorův blog na *Psychology today* má přes 4 miliony zhlédnutí.

DEMOKRACIE JE V OHROŽENÍ! Terapeut, právník a mediátor Bill Eddy popisuje, jak nebezpečné a vysoce konfliktní osobnosti (HCP) získávají moc ve vládách po celém světě – a co mohou občané udělat, aby se tito lidé nedostali do úřadu. Většina těchto politiků má rysy narcistické či antisociální poruchy osobnosti, případně rovnou obojí. Autor 14 knih a přední světový odborník na HCP vysvětluje, proč jsou tito lidé tak svůdní, a popisuje čtyřicet jejich typických vlastností. Čerpá přitom z příkladů od Hitlera, Stalina, Maa a Nixona po Trumpa, Madura či Putina a ukazuje, jak si vymýšlejí nepřátele a vyrábějí falešné krize, aby se mohli vykreslit jako jediná hrdinská postava, která se s nimi dokáže vypořádat. A to navzdory vlastní neschopnosti problémy skutečně řešit. Dozvíte se, jak nejlépe odhalit HCP jako šarlatány, jak reagovat na jejich prázdné a zavádějící sliby a jak najít opravdové lídry. Autor využívá svou hlubokou psychoterapeutickou zkušenost, aby se dostal na kloub dosud neidentifikovanému jevu, který představuje skutečnou hrozbu pro svět.



DOPORUČENÉ TITULY:

Moudrost psychopatů
Psychopatův průvodce
na cestě k úspěchu



Bill Eddy

je spoluzakladatel a ředitelem Institutu pro řešení konfliktů a je zkušeným rodinným mediátorem Národního centra pro řešení konfliktů. Je také právníkem a licencovaným klinickým sociálním pracovníkem.

Bill Eddy: Proč volíme psychopaty



Jsem si jistý, že už jste nějaké narcisty a sociopaty v životě potkali. Pohybují se totiž všude. Ve své extrémní podobě naplňují znaky 2 z 10 poruch osobnosti v diagnostickém manuálu Americké psychiatrické asociace, známém pod názvem „Diagnostický a statistický manuál duševních poruch“, 5. vydání (DSM-5).

Mou ambicí nebude zjišťovat, zda někdo s vysoce konfliktní osobností (HCP) těmito poruchami skutečně trpí, nýbrž popsat vzorce jejich konfliktního jednání tak, abyste je uměli sami rozpoznat, až se zase příště budete rozhodovat, koho volit. Otázka, jestli HCP vykazují jen některé rysy dané osobnosti, nebo mají zcela rozvinutou poruchu osobnosti, není až tak podstatná – v obou dvou případech to představuje zásadní vadu daného kandidáta.

Obecně lze říct, že lidé s narcistickou osobností se soustředí sami na sebe, cítí, že mají právo

na speciální zacházení, trpí velikášstvím, sní o neomezeném úspěchu a moci a postrádají empatii. Chtějí ukázat, že jsou ostatním nadřazení. Lidé se sociopatickou osobností (také známou jako asociální osobnost) opakovaně porušují pravidla a zákony, neustále podvádí (lžou a šidí), v jednání jsou vysoce agresivní a postrádají lítost. Jejich hlavní motivací je ovládat druhé.

Ne všichni lidé vyznačující se některou z těchto dvou osobností jsou HCP, protože ne všichni se zaměřují na terče obviňování. Mnoho z nich se také vůbec nezajímá o politiku. Nebezpeční jsou ti, které politika zajímá a umí svou pozornost zaměřit právě na terče obviňování (a obrátit k nim i pozornost ostatních). Takoví lidé chtějí být zvoleni a jejich motivací je být u moci, aby mohli vítězit nad svými obětními beránky. Podívejme se nejprve na každý z těchto typů osobnosti zvlášť. Poté si ukážeme, co se stane, když se tyto rysy zkombinují v jedné osobě.



Stephen LaBerge

Lucidní snění

Naučte se vědomě snít

Překlad Mikoláš Petrželka



978-80-262-1882-1, brož., 304 s., asi 499 Kč

Díky lucidnímu snění máme jedinečnou možnost, jak dostat fantastický a zdánlivě nepolapitelný tvůrčí potenciál snů pod svou vědomou kontrolu.

SNY NÁS NEMUSEJÍ JEN BAVIT, DĚSIT či jako bezvládné bytosti vést do míst, kde nad sebou nemáme kontrolu. Využit jejich hlubší potenciál pro osobní růst, vyšší sebevědomí a snazší řešení tvůrčích problémů nám pomůže lucidní snění. Stephen LaBerge se bdělým (lucidním) sněním zabývá a shrnuje deset let výzkumů v Centru pro výzkum spánku na Stanfordově univerzitě. Dokazuje, že vědomé a svobodné jednání ve snu je skutečně možné. Mnoho psychologů dnes vyzdvihuje vědu lucidního snění jako nejvýznamnější pokrok ve výzkumu snů od dob Sigmunda Freuda, jenž považoval sen za „královskou cestu do nevědomé mysli“. Kniha nabízí nejen inspiraci, ale i rady a techniky, jak se stát lucidním snícím a jak tento stav prakticky využít.



Stephen LaBerge

je americký psychofyzikolog, specializuje se na zkoumání a využití lucidního snění. Výzkum prováděl na Stanfordu. Založil a vede Lucidity Institute a kurzy lucidního snění pro veřejnost.

Ole Martin Holte

Bůh na ulici

Jak jsem našel lidskost na dně společnosti

Překlad Daniela Mrázová



978-80-262-1855-5, brož., 136 s., asi 259 Kč

Také jako e-kniha

Je hrozné, že si postupně zvykáme na tuto bariéru mezi námi a ostatními, kteří neměli takové štěstí. Měli bychom si dát pozor, aby naše mysl neotupěla, protože pak přestáváme vidět bratry a sestry žijící v utrpení vedle nás a ze závažných problémů ve světě se stávají pouhé titulky večerních zpráv. Papež František

NORSKÝ FRANTIŠKÁN OLE MARTIN SE ROZHODL OPUSTIT KLÁŠTER

a strávit padesát dní rozprostřených do tří let jako bezdomovec na ulicích Osla a Kodaně. Jeho zážitky přinášejí pohled na život na okraji společnosti, který si běžný člověk stěží dokáže představit, a podněcují k úvahám nad bezdomovectvím z nezvyklé perspektivy.

Ole prochází městskou krajinou a s humorem a soucitem se snaží pozorovat drsný život lidí na samém dně společnosti. Zaměřuje se přitom na detail, epizody se před čtenářem odvíjejí jako film. Přemítá o pokoření, o oživení lásky k samozřejmým věcem, jako je strom, o nečekané lidské dobrotě, ale i o neustálé nutnosti vztahování se ke smrti, o hledání Boha v drogách, o povaze konfliktů s představiteli „slušné“ společnosti, o problematice ztráty identity a závislosti na společnosti.



Ole Martin Holte

je bývalý františkán, teolog, sociální pracovník a gestalt terapeut. Nyní žije v Africe.

Jean Druel

Na Boží cestu

Kápézetka pro uspěchané

Překlad Kateřina Bodnárová



978-80-262-1876-0, brož., 136 s., asi 249 Kč

Humor a modernost, s nimiž se autor věnuje otázkám víry, Ducha svatého, Svaté Trojice a našeho každodenního života ve světle víry, dodává energii a rozptyluje tíhu. Ovšem, nedoporučuji nikomu, kdo ještě nestrávil II. vatikánský koncil. Z recenze na Amazon.com

ROZSAHEM NEVELKÁ KNIHA SKRÝVÁ PŘEKVAPIVĚ PŘESNÉ, ZCELA UPŘÍMNÉ A NAPROSTO SOUČASNÉ POSTŘEHY o spiritualitě pro moderního člověka.

Provádí čtenáře třemi stupni vztahu s Bohem, od prvních záchvěvů zájmu o duchovní život po svobodný a milosrdný nadhled nad svým životem a celý světem, který dává skutečnou Boží blízkost. Autor, dominikánský kněz žijící v Káhiře, napsal knihu pro ty, kdo přemýšlejí o životě, víře, lásce i zlu, ale nemají na to moc času. Pro ty, kdo se bojí hotových odpovědí, ale nechtějí žít ve zmatku a nejistotě. Pro ty, které spíš otrávil to, co dosud o víře četli, ale přesto v ní už udělali první krůčky. Všem takovým může být tato kniha první pomocí na „boží cestě“, která vede k opravdovému životu s Bohem.



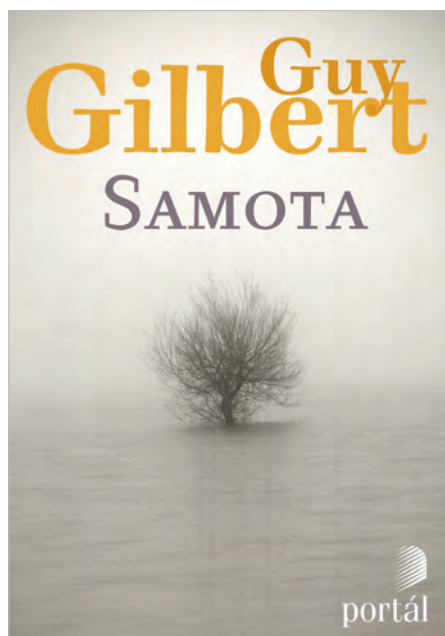
Jean Druel

je francouzský dominikán působící v Káhiře.

Guy Gilbert

Samota

Překlad Jaroslava Fejková



978-80-262-1875-3, brož., 112 s., asi 159 Kč

VE SVÉ NOVÉ KNIZE SE GUY GILBERT ZAMÝŠLÍ NAD FENOMÉNEM SAMOTY.

Ta pro něj není omezena jen na fyzickou nepřítomnost jiných lidí v nejbližším okolí. Mluví i o pocitu osamělosti uprostřed davu, o vyloučení – ať už sociálním, nebo fyzickým, daném hendikepem –, o samotě starých lidí, o samotě po rozvodu nebo smrti blízkého člověka, o samotě chudých, cizinců či sebevrahů. Nabízí ovšem i cesty ze samoty skrze službu druhým, odpuštění, pokoru, sílu modlitby a v neposlední řadě se obrací i na prarodiče, často trpící pocitem samoty, a ukazuje jim jejich výjimečný úkol v rámci rodiny a společnosti. Poslední kapitola je věnována tématu samoty kněží.



DOPORUČENÉ TITULY:

Odpustění
Věra
Rodina



Guy Gilbert

je známý francouzský kněz a vychovatel delikventní mládeže. V Portále vyšla celá řada jeho knih, naposled např. *Štěstí, Čas žít, Rodina, Víra, Odpuštění, Srdcem k srdci* aj.

Zdeněk Jančařík

Žena ať v církvi promluví



978-80-262-1874-6, brož., 200 s., asi 299 Kč

ŽENA JE DNES V ZÁPADNÍ CÍRKVI PŘEVÁŽNĚ ODSUNUTA DO ROLE SKROMNÉ „SLUŽEBNICE“.

Naslouchající, poslušné, modlící se a o ničem nerozhodující. Tabu římskokatolické církve se zdá nepřekročitelné: ženy nemohou hlásat evangelium při liturgii nebo být svěceny na jáhenky či kněze. Dokonce ani v prostředích, kam se muži přirozeně nedostanou nebo v nich nejsou přítomní (hospice, zdravotní zařízení, domy s pečovatelskou službou), nemají právo udělit svátosti. O jejich nepřítomnosti na kněžských radách, biskupských grémiích, v ekonomických úřadech ani nemluvě.

Kniha komentuje silné a inspirativní momenty ze života „silných“ žen a vytváří mozaiku příběhů a osudů, které by měly podpořit „teologii silného ženství“ v církvi. Řada začíná první apoštolkou Máří Magdalénou a ženami, které „chodily“ s Ježíšem, ale pokračuje velkými postavami starověku (sv. Helena), středověku (sv. Klára, Kateřina Sienská, Brigita Švédská, Jana z Arku) – a novověku (Terezie z Avily, Terezie z Lisieux, Edita Stein). Zvláštní roli mají v nové době duchovní průkopnice jako Etty Hillesum, Simone Weil nebo Vojtěcha Hasmandová či Eliška Pretschnerová a další.



DOPORUČENÉ TITULY:

Miláček Páně
Plátno z Turína
Ty jsi kněz navěky

**Zdeněk Jančařík**

je salesián, kněz a autor spirituální literatury.

Zdeněk Jančařík: *Žena ať v církvi promluví*



Nadpis knížky sugeruje, že žena v církvi mlčí. Žena v církvi ale nikdy nemlčela, ba naopak. Když muži usilovali o moc nebo dělali svou politiku, leštili zbraně a chystali se k rozhodujícím zápasům, byly to ženy, kdo v církvi promlouvaly silným hlasem. Svatá Helena, matka císaře Konstantina, se vydala z Říma do Jeruzaléma za Ježíšovým křížem, aby spočinula u paty posvátného stromu života na Golgotě podobně jako Marie Magdaléna nebo Ježíšova matka. Negramotná dívka ze Sieny Kateřina se ozvala, když se papežové přestěhovali do Avignonu a dostali se do područí mocných knížat, králů a rodů. Terezie z Ávily zula své opánky, když viděla úpadek řehole a rozplynutí původních ideálů Karmelu v pohodlí a lenošeni „obutých“ karmelitek. Edita Steinová pokorně dělala lepší sekretářku zakladateli fenomenologie Edmunda Husserlovi. Po své konverzi a křtu (1922) sice napsala odvážnou knihu *Žena*, teprve později se ale pokorně skryla v klášteře a sloužila Bohu psaným slovem a modlitbou a její hlas zaznívá dodnes z Osvětimi, kde její skrytý klášterní život ukončili Hitlerovi predátoři s lebkami na čepici.

Moc a veřejnou slávu si i v modernizované církvi ponechali muži pro sebe. Na euforicky převratném II. vatikánském koncilu byly tisíce mužů s hlasovacím právem a třináct žen jako čestní hosté bez hlasovacího práva. O tom, kdo bude blahořečen a svatořečen, rozhodují v církvi muži. Z papežské loggie při Urbi et orbi žehná muž, primus inter pares, starci po levici a po pravici se stáří sotva drží na nohou, zatímco dole na Svatopetrském náměstí se tísní zástupy mladých žen. Jak bude vypadat liturgie, komu dát rozhrěšení, kdo bude jáhnem, knězem, biskupem, popem, sveštenikem, archimandritou, patriarchou – rozhodují muži, nejlépe studovaní v církevním právu. Jakmile jde o moc a peníze, přicházejí v církvi ke slovu muži, kteří mají pouvoir, Macht, mandát, v ruce třímají klíče

od dveří, které otvírají, komu chtějí otevřít, a svazují či rozvazují, koho se rozhodli svázat či propustit.

Když připravuji páry na manželství, vždy znovu se snoubenci nakonec narazíme na „církevní papíry“, v nichž některé paragrafy pocházejí odněkud ze středověku, a dodnes je držíme v platnosti, například „propuštění“ nevěsty z farnosti. Farář si v „kanonickém bydlišti“ dělá podle církevního práva nárok na to, že může „propustit“ ze své farnosti dívku, která se chce vdát, do jiné farnosti, kde bude mít nevěsta svatbu, případně kde bude bydlet. Pastýř je v tomto pojetí církevního práva „majitelem“ a správcem duše, ovečky, která patří do jeho stádku. Je to jedna z mnoha absurdit, které uchováváme, protože tak rozhodli kdysi muži církve a nikdo to nikdy nezrušil, i když už se hypotetická realita dávno vypařila.

A tak ženy nesmějí v církvi při liturgii promluvit po evangeliu, natož aby z něj předčítaly, nesmějí přísluhovat u oltáře coby jáhenky nebo kněží, o svěcení na biskupy nebo o přijímání kardinálských hodností nemluvě. Nejsou většinou ani v ekonomických radách farností, své slovo mají v pastoračních radách, pokud je k tomu muži pustí, nebo pokud ty rady vůbec založí, a samozřejmě při úklidu kostela a jako floristky, které zdobí oltář a presbytář, žehlí liturgické hadříky a ministrantům perou rochety.

Žena už dávno v církvi promlouvá, i když jí ve veřejném prostoru církve není dopřán hlas. Promlouvala v Ježíšově době, ve starověku a ve středověku, její hlas byl slyšet ve století 19. i 20., ačkoli ho pozvedaly především řeholnice a zsvěcené panny. Je na čase, aby promluvila i dnes.

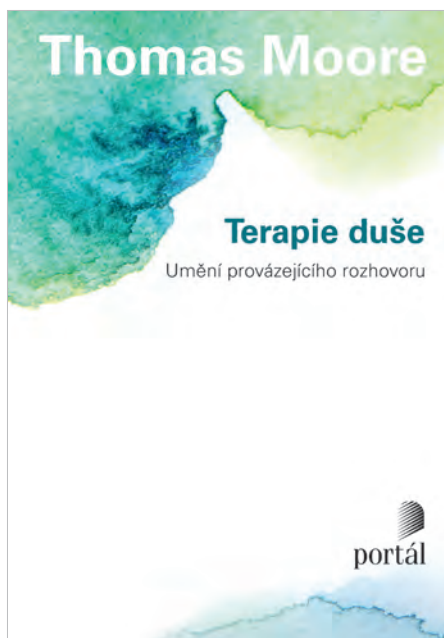


Thomas Moore

Terapie duše

Umění provázejícího rozhovoru

Překlad Pavel Kolmačka



978-80-262-1877-7, brož., 280 s., asi 399 Kč

Hluboká, a přesto praktická a srozumitelná kniha.

KNIHA TERAPIE DUŠE JE SVÝM ZPŮSOBEM VYVRCHLENÍ DÍLA THOMASE MOORA, známého

autora bestsellerů, jako je *Kniha o duši* nebo *Temné noci duše*. Zatímco v předchozích pracích zkoumal duši v nejrůznějších podstatných oblastech našich životů – zaměstnání, rodina, náboženství... –, v této moudré knize se vrací k základům svého osobního povolání: provázení zájemců z řad terapeutů, psychologů, psychiatrů, duchovních, sociálních pracovníků a jiných v tom, jak nabízet péči o duši těm, kterým pomáhají. Psychologický a v nejširším slova smyslu spirituální rádce prochnutý životní moudrostí a zkušeností probírá oblasti, jako jsou zdroje terapeutických témat v osobních příbězích, mýtech, pohádkách; práce se sny, komplexy, přenosem; terapie v běžném světě (práce, společnost, rodičovství, výchova, duchovní provázení); osobnost terapeuta (styl, stín, péče o sebe...).

Kniha nejen pro terapeuty jako vytyčení duchovního základu jejich povolání, ale pro všechny, kdo mají zkušenost s pomocí druhým, s nasloucháním, na koho se ostatní obracejí se svými starostmi a potřebami.



Thomas Moore

je psychoterapeut a spisovatel, žije v Nové Anglii v USA. Pobýval dvanáct let jako mnich v řeholní komunitě, poté se stal psychoterapeutem. Napsal řadu knih, které jsou pozoruhodné průnikem témat psychologie, archetypů, mytologie a umění.

Stephanie Azri

Aktivujte svou psychickou odolnost

Zvládání životních výzev

Překlad Petra Diestlerová



978-80-262-1853-1, brož., 160 s., asi 299 Kč

Skvělá a důležitá kniha s ohledem na výzvy, kterým svět v současnosti čelí! Na trhu je hodně seberozvojových knih, ale žádná ji nesahá ani po kotníky. Dávám deset hvězdiček z deseti!
Recenze na Amazonu

PSYCHICKÁ ODOLNOST JE VLASTNOST, KTEROU V DNEŠNÍM SVĚTĚ OPRAVDU POTŘEBUJEME. Pomáhá nám vypořádat se s nesnázemi, které nás potkávají. Je mocnou zbraní, díky níž překonáme i ty největší výzvy svého života. A co je na ní nejlepší? To, že ji můžeme budovat, ať jsme jakéhokoli věku.

Autorka představuje 12 základních dovedností, které potřebujeme k aktivaci své psychické odolnosti. V každé kapitole najdete kromě krátkého popisu dané schopnosti také různá cvičení, aktivity a samozřejmě též příklady ze života lidí, kteří procházeli něčím podobným jako vy. Každá dovednost v sobě pojí techniky známé z kognitivně-behaviorální terapie, pozitivní psychologie a intervence zaměřené na řešení. Knihu uvítají lidé se zájmem o téma psychické odolnosti a zvládání životních výzev.



Stephanie Azri

pracuje jako klinická sociální pracovnice. Má více než desetiletou zkušenost s budováním psychické odolnosti a rozpoznáváním časných depresivních příznaků a dalších psychických problémů u dětí a mladých lidí.

Marshall B. Rosenberg

Nenásilná komunikace

Řeč života

Překlad Norma Garciová a Miroslav Záleta

Revidované a doplněné vydání



978-80-262-1785-5, brož., 232 s., asi 349 Kč

„KNIHY MARSHALLA ROSENBERGA POKLÁDÁM ZA

ZÁKLAD toho, co se můžeme dočíst o efektivní komunikaci. Jeho přístup umožňuje respektovat odlišné názory, reflektovat emoce druhého, i kdyby byl třeba rozzlobený, a přitom si udržet odstup a zvládnout vlastní emoce. Jako lidé se schopností nenásilné komunikace nerodíme, ale můžeme se ji díky autorovým knihám naučit.“ – Tatjana Šišková, mediátorka

Nenásilná komunikace představuje nejen určitou metodu, ale ucelený pohled na svět. Je založena na naslouchání sobě i partnerovi a ochotě vnímat potřeby a pocity sebe samého i toho druhého. Tak napomáhá k řešení konfliktů a názorových rozdílů a rozvíjí vztahy založené na vzájemné úctě, vcítění a spolupráci.

Knihu, která byla pro nové vydání důkladně revidována, ocení čtenáři se zájmem o témata efektivní komunikace, školitelé v oblasti komunikace, učitelé, vychovatelé a všichni, kdo kdy ve svých vztazích narazil na potíže a přejí si je transformovat.



DOPORUČENÉ TITULY:

Co řeknete, změní váš svět
Nenásilná komunikace v praxi
Nenásilná komunikace a moc



Marshall B. Rosenberg, Ph.D.,

byl americký psycholog a tvůrce konceptu nenásilné komunikace. Vyrůstal v neklidné detroitské čtvrti, kde si vypěstoval hluboký zájem o nové formy komunikace, které by poskytly alternativu násilí, s nímž se setkával.

Marshall B. Rosenberg: Nenásilná komunikace



Někdy se nám může podařit sdělit jasnou prosbu bez použití slov. Představte si, že jste v kuchyni a vaše sestra, která se dívá na televizi v obýváku, zavolá: „Mám žízeň.“ V tomto případě může být zřejmé, že vás žádá, abyste jí z kuchyně přinesli sklenici vody.

V jiných situacích však můžeme chtít vyjádřit svou nespokojenost a chybně předpokládáme, že posluchač pochopí prosbu mezi řádky. Žena by například mohla říct svému muži: „Jsem naštvaná, že jsi zapomněl k večeři koupit máslo a cibuli, jak jsem tě prosila.“ Ačkoli jí samotné je jasné, že ho žádá, aby zašel zpátky do obchodu, manžel si může myslet, že ta slova utrousila jen proto, aby se cítil provinile.

Ještě častěji se stává, že když mluvíme, jednoduše si neuvědomujeme, o co vlastně žádáme. Mluvíme na druhé nebo k nim, aniž bychom věděli, jak navázat rozhovor s nimi. Chrlíme slova a přítomnosti druhých lidí využíváme vlastně jen jako odpadkového koše. V takových situacích posluchač, který není schopen postřehnout ve slovech mluvčího jasnou prosbu, může prožívat nepohodu, jak dokresluje následující historka.

Seděl jsem přes chodbičku naproti jednomu manželskému páru v malém vláčku, který přepravuje cestující do příslušných terminálů na

mezinárodním letišti Dallas / Fort Worth. Cestující, kteří spěchají, aby stihli letadlo, může hlemýždí tempo vláčku pěkně rozčilít. A vskutku, jeden muž se otočil na svou ženu a hlasitě řekl:

„V životě jsem neviděl, aby se vlak tak coural!“

Ona neřekla nic a vypadala, že je nervózní a nesvá z toho, že neví, co mu má odpovědět. On potom udělal to, co se běžně dělá, když se nám nedostává odpovědi, kterou si přejeme – řekl to ještě jednou. Znatelně silnějším hlasem zakřičel: „V životě jsem neviděl, aby se vlak tak coural!“ Manželka, která nevěděla, co odpovědět, teď vypadala ještě stísněněji. Otočila se k němu a řekla: „Ty vlaky jsou načasované elektronicky.“ Nečekal jsem, že by ho tato informace uspokojila, a taky že ne, protože potřetí ještě hlasitěji zopakoval: „V životě jsem neviděl, aby se vlak takhle coural!“ Manželce očividně došla trpělivost, protože mu vztekle odsekla: „No, a co chceš, abych s tím dělala? Mám vystoupit a ten vlak snad tlačit?“ Ted' už byli otrávení oba dva!

Jakou odpověď chtěl ten muž slyšet? Myslím, že chtěl slyšet, že žena chápe, proč je naštvaný. Kdyby to jeho žena věděla, mohla reagovat takto: „Máš asi strach, že nestihneme letadlo, a jsi znechucen, protože bys chtěl, aby k těmhle terminálům jezdil rychlejší vlak.“



Maureen Murdock

Hrdinka v nás

Růst ženy na cestě životem

Překlad Eva Klimentová



978-80-262-1862-3, brož., 248 s., asi 399 Kč

Také jako e-kniha

CYKlický PROCES HLEDÁNÍ POUŽITELNÉ, NAPLŇUJÍCÍ, MODERNÍ ŽENSKÉ IDENTITY NÁS PROVÁZÍ PO CELÝ ŽIVOT.

Slavná, stále znovu vydávaná kniha o této pouti, obohacená mnoha konkrétními příběhy, pracuje s jungovskými archetypy, mýty a sny. Zabývá se redefinováním ženské identity poté, co žena („hrdinka“) prošla identifikací s mužskou stránkou své osobnosti a má potřebu integrovat obě své součásti do autentického celku.

Cesta je rozdělena do několika fází: odmítnutí stereotypního ženství coby závislého, kontrolujícího a plného zuřivosti, ponoření do povědomé „cesty hrdinky“ s pomocí mužských spojenců, jejímž cílem je získat nezávislost, úspěch, peníze, prestiž, moc a úspěch, „období sucha“ následované sestupem do hlubin za hledáním temnější stránky ženství. Z toho vyplývá pochopení potřeby vyléčení nesouladu mezi matkou a dcerou, nové určení a ověření ženských dovedností a jejich integrace s mužskou stránkou z dřívější fáze cesty.



DOPORUČENÝ TITUL:

Cesta Hrdinky



Maureen Murdock

je americká psycholožka, terapeutka a vysokoškolská profesorka. Napsala několik dalších knih na téma ženské identity.

Yvonne Poncet-Bonnisol

Rodinná tajemství

Jak překonat trauma předků

Překlad Kateřina Bodnárová



978-80-262-1868-5, brož., 120 s., 269 Kč

KNIHA CENNÁ NEJEN PRO TY, KTEŘÍ NESOU BŘÍMĚ MLČENÍ, TAK I PRO TY, KTEŘÍ ZOUFALE HLEDÁJÍ PRAVDU.

Na začátku bylo násilnění, incest, cizoložství, opuštění, zločin, potupná nemoc. Při prudkém vzplanutí pocitu zahanbení, strachu nebo viny nás však obestře ticho a zrodí se rodinné tajemství, kterým trpí jedna generace za druhou. Jak ukončit toto nevyříčené, přijmout ho a vystoupit z mlčení? Jak zabránit vzniku dalšího rodinného tajemství a zneškodnit ho dřív, než se zrodí?

Autorka analyzuje mechanismus rodinných tajemství, jejich psychologické důsledky a zkoumá různé cesty k osvobození, včetně psychogenealogické terapie. Naučme se odemknout dveře rodinnému tajemství, poznat ho, abychom ho mohli přijmout a překonat.



DOPORUČENÝ TITUL:
O matkách a dcerách



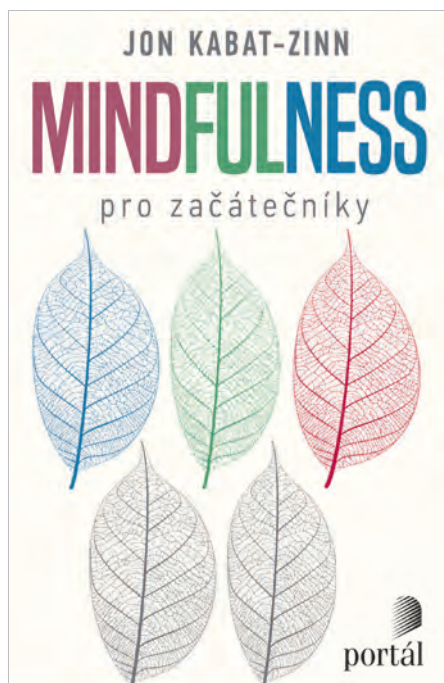
Yvonne Poncet-Bonnisol

je klinická psycholožka a publicistka, působí v nemocničních zařízeních, jako psychologická specialista vystupuje v médiích a pořádá přednášky na téma psychického násilí a psychické závislosti.

Jon Kabat-Zinn

Mindfulness pro začátečníky

Překlad Ondřej Fafejta



978-80-262-1867-8, brož., 136 s., asi 269 Kč

Všímat si znamená být v přítomném okamžiku, mít jistý odstup od vlastních myšlenek či akceptovat všechno to, co probíhá v našem těle i myslí okamžik za okamžikem. Jan Benda, psycholog a psychoterapeut

CVIČENÍ VŠÍMAVOSTI V SOBĚ SKRÝVÁ MOŽNOST NEJEN POMÍJIVÉHO POCITU SPOKOJENOSTI, ale opravdového přijetí hlubší jednoty. Tato kniha vás může naučit přetvořit vlastní vztah k tomu, jak přemýšlíte, cítíte, milujete, pracujete a hrajete si, abyste dokázali procitnout a ztělesnit úplněji to, kým skutečně jste. *Mindfulness pro začátečníky* lze pojímat buď jako sbírku úvah, kterou je možné náhodně otevřít a začít se, nebo jako základ pro každodenní praxi. Čtenář se tak například dozví, proč má smysl vracet se k vlastním smyslům; jak se naše myšlenky osvobodí, když si je uvědomujeme; jak lze zakoušet přímo; jak se vyhnout utrpení; jak se stát sám sebou; konkrétní podněty pro praxi všímavosti; popisy různých meditací všímavosti. Kniha byla dosud přeložena do 20 jazyků.



DOPORUČENÉ TITULY:

Všímovost a soucit se sebou
Mindfulness pro každý den



Jon Kabat-Zinn, Ph.D.,

je zakladatel a ředitel Kliniky pro snížení stresu při Massachusettské univerzitě, vědec a učitel meditace. Díky jeho úsilí je dnes koncept všímavosti obecně přijímanou součástí západní medicíny a psychoterapie. V češtině vyšly jeho knihy *Uvědomujte si přítomnost* a *Život samá pohroma*.

Jon Kabat-Zinn: *Mindfulness pro začátečníky*



Když začneme otevřeně, zvědavě a systematicky zpochybňovat a zkoumat, kdo jsme a kam jdeme, stane se něco zajímavého. Víme opravdu jasně a s jistotou, kým jsme, nebo zkrátka vytváříme gigantický a obvykle (do určité míry) přesvědčivý příběh sebe samých, uvnitř něhož žijeme, aniž bychom jej ověřovali?

Když se příběh odehrává bez potíží, asi se cítíme šťastně a máme pocit, že se plnou parou řítíme do toho, co bude následovat. Ale pokud se příběh vyvíjí jinak, protože podmínky se změnily nebo protože – možná od raného dětství – se jedná o historii, v níž se vyskytují závažné prvky smutku, zneužívání, zanedbávání či opomíjení, pak se možná ve svém vnitřním

příběhu cítíme nedostatečně, bezcenně, nemilovaně či hloupě – nebo tak, že postrádáme skutečnou naději.

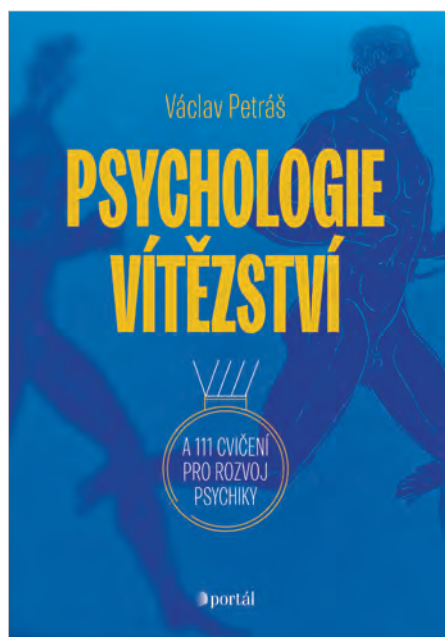
To, čím může za takových okolností přispět mindfulness, je velmi prosté. Připomíná nám, že tento náš vnitřní příběh je zcela založen na myšlení. Jedná se o konstrukt, výtvar, na nějž jsme si zvykli. Často může mít úžasný, přesvědčivý, poutavý děj. Nebo se z něj naopak může vyklubat něco děsivého či nudně normálního. V každém případě se ale jedná o smyšlenku.



Václav Petráš

Psychologie vítězství

a 111 cvičení pro rozvoj psychiky



978-80-262-1871-5, váz., 416 s., asi 499 Kč

Mentální příprava není o tom, abyste se cítili neustále dobře. Ale abyste byli schopni podat standardní výkon, i když se necítíte dobře.

AŽ UŽ JE VAŠÍM CÍLEM COKOLI, MŮŽETE SE MU PŘIBLÍŽIT.

Tato kniha je praktickým a efektivním nástrojem pro ty, kteří na sobě chtějí pracovat – ať už se jedná o sportovce, na které se obrací primárně, nebo o kohokoli jiného. Jejím cíle je pomoci lidem posílit jejich psychiku: zabývá se motivací, sebevědomím a sebevědomím, koncentrací, zvládáním tlaku a řadou dalších témat. Srozumitelně a prakticky vysvětluje klíčová témata a využívá k tomu desítky konkrétních příkladů a příběhů ze světa sportu, a to tak, aby každý čtenář mohl okamžitě zapracovat jednotlivá témata a doporučení do svého sportovního výkonu, tréninku, ale i běžného života. Kniha zároveň obsahuje 111 cvičení, kterým se mohou čtenáři samostatně věnovat pro rozvoj své psychiky. Tato kniha vám bude na vaší cestě mapou, parťákem, mentorem a snad i trvalým zdrojem inspirace. Jde vlastně o jakéhosi šerpu, který vás při vašem výstupu bude neustále podporovat. Ale vyjít na vrchol musíte vy sami!



Václav Petráš

je sportovní psycholog s více než 10 letou praxí. Jeho služby využívá řada sportovních organizací, mimo jiné HC Oceláři Třinec, Český hokej, Český florbal, atd. Má sledovaný podcast Psychologie výkonu v praxi.

Václav Petráš: Psychologie vítězství



Všechno, o čem budeme mluvit, směřuje k jednomu cíli – mít během výkonu „čistou“ hlavu, být „tady a teď“ a co nejefektivněji se přizpůsobovat vnějším podmínkám. Jenže pokyn „prostě na nic nemysli“ je extrémně složitý. Proto si ukážeme, jak se snažit nad svým myšlením převzít větší kontrolu a směřovat ho efektivnějším směrem, abyste si dali co nejlepší šanci na ponoření se do výkonu. Budeme se tedy učit myslet tak, abyste nakonec na nic nemysleli.

Když potřebuji sportovci rychle objasnit, jak může od příštího tréninku se svou pozorností lépe pracovat, používám k tomu takzvanou „koncentrační baterku“.

Představte si, že je vaše pozornost jako nějaký reflektor, který vám směřuje z hlavy. Když si například čtete stránku v knížce a soustředíte se, váš reflektor směřuje na čtený text. Ale určitě se vám někdy stane, že vaše oči sice po textu běhají, ale na konci stránky nemáte tušení, o čem vlastně text byl. Co se v tu chvíli stalo?

Schválně si příště v podobné chvíli všimněte, že jste se nejspíše v průběhu čtení textu nad něčím zamysleli. Možná jste na něco vzpomínali, plánovali si večerní program nebo jste si třeba uvědomili, že máte hlad, a začali jste zvažovat výběr svačiny.

Všechno toto přemýšlení, vzpomínání a představování probíhá tak, že sami se sebou vedete vnitřní rozhovor. V takovém případě se váš pomyslný reflektor pozornosti otočí směrem dovnitř – na váš vnitřní hlas, na váš vnitřní myšlenkový prostor.

Jako lidé jsme i v takové situaci schopni dál dělat to, co jsme doposud dělali. Vaše oči proto budou nadále běhat po textu v knize, ale jelikož už na tuto činnost nesměruje vaše pozornost, nebudete přijímat informace dostatečně efektivně a budete se muset vrátit na začátek stránky.

K tomuto střídání koncentrace „dovnitř“ a „ven“ dochází zcela běžně, není na tom nic zvláštního ani špatného. Ale abyste se naučili se svou koncentrací efektivně pracovat, je potřeba toto rozdělení jasně pochopit. Koncentrace „dovnitř“ je povětšinou spojena s vnitřním „rozhovorem“, koncentrace „ven“ je naopak situace, kdy naplno vnímáme vnější informace. Jak tyto dva stavy ovlivní váš výkon?



Annika Telléus

Naslouchat je umění

Jak účinně a pozitivně komunikovat

Překlad Helena Stiessová



978-80-262-1869-2, brož., 144 s., asi 299 Kč

Také jako e-kniha

Kniha *Naslouchat je umění* byla knižní porotou Švédské organizace pro lidské zdroje (Sveriges HR Förening) vybrána jako jedna z doporučených 9 knih roku 2020.

JAK KLÁST SPRÁVNĚ OTÁZKY? JAK SE VYHNOUT NEDOROZUMĚNÍM A CHYBNÝM ZÁVĚRŮM?

Jak nastavit v rozhovoru pozitivně hranice? Proč je důležité naslouchat s laskavostí i sobě? Jak poznat, kdy už naslouchání není řešením? Kniha se zaměřuje na schopnost efektivně, neagresivně a bez odsudku naslouchat sobě i druhým a využívat ji pro účinnou mezilidskou komunikaci. Je doplněna srozumitelnými příklady z praxe a nabízí čtenáři množství nástrojů, jak dokázat lépe porozumět druhým, i náměty k přemýšlení v závěru každé kapitoly.



Annika Telléus

je švédská odbornice v oblasti lidských zdrojů, která se specializuje na komunikaci, vedení a prezentační techniky. Opakovaně byla zvolena jednou ze sta nejlepších švédských lektorek a lektorů. Vystupuje také v oblíbeném programu švédské televize o mezilidských vztazích.

Anita Hubner

Mám to o sobě říct?

Jak se vypořádat se stigmatem duševní nemoci

Překlad Milena Nováková



978-80-262-1870-8, brož., 248 s., asi 399 Kč

Podle výzkumu realizovaného v Národním ústavu duševního zdraví mělo v roce 2017 v České republice 21,9 % všech dotázaných potíže, které by bylo možné diagnostikovat jako duševní onemocnění.
Zdroj: narovinu.net

KDYŽ BYLO AUTORCE 21 LET A STUDIOVALA PSYCHOLOGII, BYLA U NÍ DIAGNOSTIKOVÁNA PSYCHÓZA a její psychiatr jí řekl: „Někdo

s psychózou se nikdy nevyléčí. Raději studium ukončete a najděte si chráněné bydlení.“ Kdyby ho poslechla, nikdy by se nestala známou nizozemskou odbornicí na téma stigmatu duševní nemoci. V knize *Mám to o sobě říct?* zúročuje své zkušenosti poradkyně a lektorky a snaží se lidem s duševním onemocněním pomoci v tom, aby se v maximální míře zapojili do společnosti a fungovali nezávisle. Dává praktické rady, v jaké míře o své nemoci hovořit třeba při pracovním pohovoru nebo na první schůzce a jak se vypořádat se stigmatem, které člověku dává nejen společnost, ale i on sám. Cílem knihy je stručným, výstižným jazykem posílit a dát naději. Kniha je určena pro lidi s duševním onemocněním, ale i pro jejich blízké a profesionály, kteří s nimi pracují.



Anita Hubner

je psycholožka, která se zaměřuje na boj se stigmatem spojeným s duševními nemocemi. V organizaci, kterou založila, pomáhá takto znevýhodněným lidem nacházet si práci. V Nizozemsku působí také jako žádaná lektorka a řečnice.

Irvin D. Yalom a Marilyn Yalom

O smrti a životě

Překlad Linda Bartošková



978-80-262-1883-8, váz., 216 s., asi 379 Kč

Smysl života není v našich úspěších, v naplnění někdy nereálných představ, ale v hlubokých vztazích, které společně pěstujeme.

MARYLIN ODEŠLA V POKOJI, IRVIN SE UČÍ ŽÍT BEZ NÍ.

Světznámý psychiatr a autor Irvin Yalom věnoval svou kariéru práci s lidmi, kteří se potýkají s úzkostí a zármutkem. Sám ovšem úzkosti a zármutku začal čelit až ve chvíli, kdy jeho milovaná žena Marilyn onemocněla rakovinou. V této knize se setkávají cesty obou z nich.

V prvních měsících po diagnóze společně psali o tom, jaké to je, čelit vlastní smrtelnosti a zvládat to, že ztratí někoho, koho milují. Jejich společný život byl skutečně požehnaný, obklopený milující rodinou a nádhernou přírodou Palo Alta, naplněný společnou láskou, ale stejně jako my museli čelit nevyhnutelnému v podobě smrti. Společně psali o intimitě, lásce a zármutku.

Když Marilyn odešla, Irvin i jejich děti společně oslavili její život a v závěrečné části knihy Irvin velmi upřímně píše o věcech, které přišly s čerstvým vdovstvím. O touze po intimitě, která se s Maryliným odchodem vytratila, o tom, jaké to je, být po tak dlouhých společných letech sám, o vděčnosti za to, co spolu se svou milovanou ženou prožil.



Irvin D. Yalom

je americký psychiatr, psychoterapeut, spisovatel a emeritní profesor psychiatrie na Stanfordské univerzitě. Je představitelem tzv. existenciální psychoterapie a vedle knih o psychologii napsal i řadu beletristických bestsellerů.

Marilyn Yalom

byla profesorkou francouzské literatury a komparatistiky, ředitelkou Institutu genderových studií a autorkou více než 20 knih.

Irvin D. Yalom a Marylin Yalom: O smrti a životě



Irv ve své knize *Existenciální psychoterapie* z roku 1980 napsal, že čelit smrti je lehčí, když nemáte celkem čeho litovat v životě, který jste prožili. Když se ohlédneme za naším dlouhým společným životem, nelitujeme téměř ničeho. Ale to nijak nepomáhá snášet tělesné utrpení, které dnes každodenně prožíváme, ani se tím neulehčuje pomyslení, že se opustíme. Jak můžeme bojovat proti zoufalství? Jak budeme smysluplně žít až do úplného konce?

Když píšeme tuto knihu, jsme ve věku, kdy naši vrstevníci většinou už zemřeli. Žijeme teď každý den s vědomím, že náš společný čas je omezen a je mimořádně vzácný. Píšeme, abychom dali své existenci smysl, i když nás unáší do nejtemnějších zón tělesného úpadku a ke smrti. Tato kniha nám má především pomoci zvládnout závěr života.

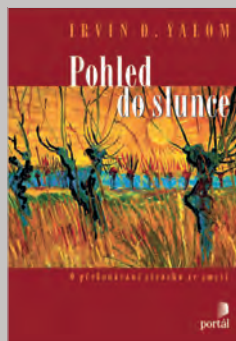
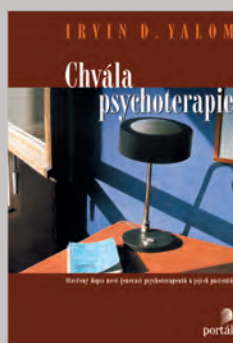
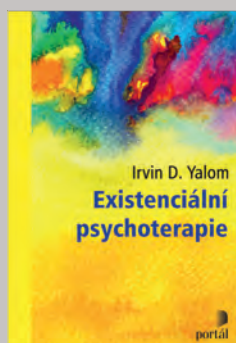
Tato kniha samozřejmě vychází z naší osobní zkušenosti, ale také ji chápeme jako součást

všeobecné diskuse o obavách z životního konce. Každý chce získat nejlepší dostupnou lékařskou péči, najít citovou podporu v rodině a přátelích a zemřít pokud možno bez bolesti. Ale i když máme spoustu medicínských a společenských možností a výhod, nejsme imunní vůči bolesti a strachu z blížící se smrti. Jako každý si chceme uchovat kvalitu zbývajících života, i když podstupujeme lékařské procedury, ze kterých je nám někdy špatně. Co všechno jsme ochotni unést, abychom zůstali naživu? Jak můžeme ukončit své dny s co nejmenší bolestí? Jak můžeme důstojně přenechat tento svět další generaci?

Oba víme, že Marylin skoro jistě na svou nemoc zemře. Společně budeme psát tento deník o všem, co nás čeká, v naději, že naše zkušenosti a pozorování poskytnou smysl a úlevu nejen nám, ale i našim čtenářům.



Knihy Irvina Yaloma



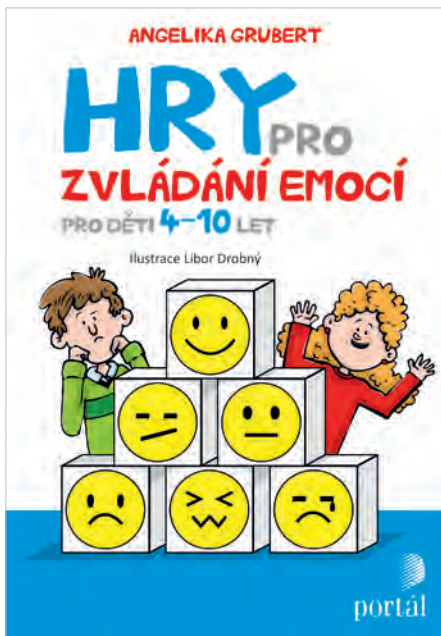
Angelika Grubert

Hry pro zvládání emocí

Pro děti 4-10 let

Ilustrace Libor Drobný

Překlad Alena Bezděková



978-80-262-1863-0, brož., 96 s., asi 199 Kč

Hry nevyžadují žádné pomůcky nebo jen velmi málo dopředu připravených věcí a dají se lehce přizpůsobovat věkové skupině dětí od 4 do 10 let.

SOUBOR HER POMÁHAJÍCÍCH DĚTEM KONSTRUKTIVNĚ SE VYPOŘÁDAT SE VZTEKEM, STRACHEM NEBO NEKLIDEM.

Vyjádření vlastních pocitů v konfliktních situacích bez toho, abychom ublížili ostatním, je velkou výzvou pro děti v mateřské i základní škole. Díky této sbírce her mohou pedagogové, učitelé a rodiče poskytnout dětem nástroje pro kontrolu impulsů a podnětů, nástroje, které u dětí usnadňují řešení silných emocí. Prostřednictvím hry se děti učí ovládat neklid, tlumit svůj hněv a překonávat strach, učí se měnit strach a hněv v pohyb nebo pomáhají regulovat hladinu hluku ve skupině. Hry slouží ale i k objevování pocitů a pomáhají dětem konstruktivně zvládat silné emoce. Děti si své nové dovednosti vyzkouší a posilují své sociální kompetence. Kniha také obsahuje podněty k zamyšlení a uvedené hry v mnoha obměnách!



Angelika Grubert,

kvalifikovaná sociální pedagožka, pracuje od roku 2004 na volné noze jako systémová konzultantka, supervizorka a koučka pro vzdělávací instituce.

David A. Clark

Vystupte z myšlenkových pastí

Překlad Eva Klimentová



978-80-262-1864-7, brož., 200 s., asi 349 Kč

Nemusíte ovládat své myšlenky. Jen se jimi musíte přestat nechat ovládat.

KNIHA ČTENÁŘE KROK ZA KROKEM VYVÁDÍ VEN ZE ZAČAROVANÉHO KRUHU negativních, a někdy až katastrofických myšlenek a učí ho postupně měnit jeho myšlenková schémata. Je založena na kognitivně-behaviorální terapii a prostřednictvím nejrozličnějších cvičení pomáhá opustit depresivní a úzkostné myšlenky, zbavit se jejich neustálého omílání a „přežvykování“, ale zejména vede k tomu, aby člověk postupem času objevil i jiná než negativní témata. Kniha obsahuje řadu příkladů z praxe a je plná strukturovaných cvičení, která může čtenář provádět sám nebo pod vedením terapeuta.

Kniha je určena všem, kteří se potýkají s negativními myšlenkami.



David A. Clark, Ph.D.,

je klinický psycholog a emeritní profesor University of New Brunswick. Je autorem nebo spoluautorem řady knih o depresi, úzkostech a obsedantně kompulzivní poruše.

Else Müller

Stříbrný prach z hvězd

Autogenní trénink pro děti od 4 let

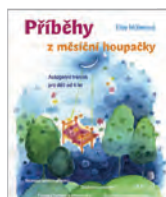
Ilustrace Martina Špinková
Překlad Viola Somogyi



978-80-262-1865-4, váz., 112 s., asi 329 Kč

POHÁDKOVÁ KNIHA URČENÁ K TOMU, ABY DĚTEM POMOHLA VYPOŘÁDAT SE S RUŠIVÝMI VLIVY DNE,

zbavit se případných obav a úzkostí a aby navodila atmosféru, ve které se bude dětem krásně usínat. Kniha je psána podle metody autogenního tréninku prof. J. H. Schultze. Tato metoda má děti na spánek připravit, uvolnit, povzbudit jejich fantazii a rozvinout ji do klidného příběhu, který dětem pomůže usnout a odpočinout si. Kniha je určena dětem v domácím prostředí, stejně tak ale své využití nalezne i v mateřských školách, ve školních družinách, u dětských psychologů a speciálních pedagogů. Všude tam, kde je dobré dětem pomoci se zklidnit a kvalitně si odpočinout.



DOPORUČENÝ TITUL:

Příběhy z měsíční houpačky



Else Müller

Žije ve Frankfurtu nad Mohanem. Pracuje jako terapeutka, organizuje kurzy autogenního tréninku. Je autorka několika úspěšných knih. V Portále jí vyšly knihy *Příběhy z měsíční houpačky* a *Pod nohama cítíš stébka trávy*.



Martina Špinková

se věnuje volné a užité grafice, ilustraci a výtvarné redakci. Dlouhá léta působila jako ředitelka hospicového občanského sdružení Cesta domů. V Portále vyšla s jejími ilustracemi mj. kniha *Příběhy z měsíční houpačky*.

Ekaterina Trukhan

Slyšíš mě?

Ilustrace Ekaterina Trukhan

Překlad Hana Zobačová

Kniha je určena pro děti od 1 roku.

KNIHA JAKO MALÁ POETICKÁ HÁDANKA. Cítíš vůni trávy? Kůru stromů? Jak chutnají borůvky? Kdo že je to všude kolem? Koho vidíme, cítíme, slyšíme? Přece přírodu: vůni lesního ovoce, šum listí, sametovou travu... Obrázková kniha o všech zvucích, vůních a pocitech, které vnímáme už od malička.

A také o tom, jak můžeme přírodě pomoci, aby zůstala přesně taková, jaká je. Ilustrace ve formě koláže jsou jednoduché a jejich něžné barvy dělají ze čtení i vizuální zážitek. Písmo je zde navrženo přímo knize na míru a vytvořil jej pod názvem Ucho typograf a designer Michal Tornýai.

Autorka vystudovala Camberwell College of Arts. Pro své ilustrované knihy hledá inspiraci v reáliích každodenního života, středověkých iluminací a dětských knížkách z doby svého dětství. Když má čas, nejraději ho tráví na dlouhých procházkách s manželem a jejich psem.



Ekaterina Trukhan

je mladá autorka a ilustrátorka knih pro děti.



978-80-262-1886-9, váz., 40 s., asi 249 Kč

Gerda Raidt

Co s odpadem?

Encyklopedie pro školáky

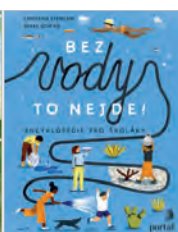
Překlad Erik Schwarzbach

V kresbách Gerdy Raidt je pozoruhodný klid, stačí se jen dívat a vstřebávat informace.
Süddeutsche Zeitung

Název mluví za vše – ilustrátorka Gerda Raidt přináší všeobjímající pohled na vše, co lidé produkují za odpad. *Die Zeit*

ŠIROCE POJATÁ KNIHA PRO DĚTI MLADŠÍHO ŠKOLNÍHO VĚKU popisuje, co je odpad, jak vzniká, jak se třídí a recykluje, jak vznikají smetiště a odkladiště odpadu, jak lze předcházet jeho vzniku, kde všude se nachází. Děti se při četbě této encyklopedie učí, jak se vyznat v nástrahách konzumního života a jak si osvojit různé strategie, které jsou přátelštější k jejich životnímu prostředí.

Gerda Raidt povzbuzuje děti, aby jednaly. V mnoha obrázcích a popisných textech vypráví, kam putují odpadky, když odvoz odpadu odjíždí, proč cestuje po zeměkouli, a dokonce sviští vesmírem, proč produkujeme tuny odpadků – a jak to můžeme sami změnit.



DOPORUČENÉ TITULY:
Jak se vyznat v klimatu
Bez vody to nejde



Gerda Raidt
je ilustrátorka a autorka
populárně-naučných knih pro děti.

Udo Weigelt

Mája a ohnivý lišáček

Ilustrace Joëlle Turlonias
Překlad Lukáš Novosad

■ Skvělá kniha o šanci na změnu a síle přátelství.
Hamburger Morgenpost

■ Udo Weigelt zachycuje pro děti dobře srozumitelným jazykem a přístupnými dialogy jejich nejistoty a obavy, které v novém prostředí často pociťují. *Donaukurier*

PŘÍBĚH O TOM, JAK SE RODÍ PŘÁTELSTVÍ a že je vždycky lepší nebýt na světě sám. Mája se právě přestěhovala do nového domova. Co je ale ještě horší: ztratil se její plyšák na spaní. Místo něj Mája najde v krabici gumových medvídků malého červeného medvídka s dlouhým pružným ocasem, Káju! A všechno je hned jasné: Kája bude jejím novým kamarádem. Ten však tak úplně nadšený není. Vždyť se mu Mája s rodinou nastěhovala do domečku, který byl předtím celý jeho!



Udo Weigelt

pochází z Hamburku, studoval německou literaturu a historii, napsal více než 50 dětských knih, které byly přeloženy do více než 15 jazyků.



Joëlle Turlonias

studovala vizuální komunikaci se specializací na dětskou ilustraci, které se věnuje celý svůj dosavadní profesní život



978-80-262-1884-5, váz, 72 s., asi 299 Kč

Ilona Fišerová

Tajná mise šotka Mařínka

Ilustrace Lukáš Fibrich

ŠLAPEK! ŠKOPEK! ŠOTEK! Už jste někdy psali kamarádovi zprávu, že pro něj máte „dárek“, a vyšel vám z toho „párek“? Nebo jste se před cukrárnou dočetli, že zmrzlinový pohár je „laskavý“, a ne „lákavý“? Žijí všude kolem nás. Jsou malí, neviditelní, zákešní! Někdy pobaví, jindy nám zamotají hlavu. Šotci!

Lev Mařínek je jedním z nejšikovnějších tiskařských šotků moderní doby. Texty upravuje a přepisuje neustále. Žádné slovo, listina ani dokument před ním nejsou v bezpečí. Se svými kamarády si užívá poslední prázdniny a společné legrácky. Levík se po prázdninách touží stát profesorem v Škodilově šotčí škole. Místo toho se ale tak trochu proti své vůli stane agentem s tajným úkolem. Jakou roli při jeho misi sehraje potkan Šprdlík, kterému se často pletou slova? A kdo je vlastně Uršula? Je opravdu tak nesnesitelná, jak se o ní říká? Zatím není jasné, jak tajná mise šotka Mařínka skončí. Jisté však je, že po ní už nic nebude stejné jako dřív.



Ilona Fišerová

se věnuje psaní pro děti už více než patnáct let a má za sebou řadu knížek, z nichž některé znají i děti na Slovensku a ve Slovinsku. Spolupracuje s Českým rozhlasem na tvorbě pohádek pro děti Hajaja (knihy *Kovářské pohádky*, *Dar ze zoo*) nebo četbě na pokračování (knihy *Na orlích křídlech*).



Lukáš Fibrich

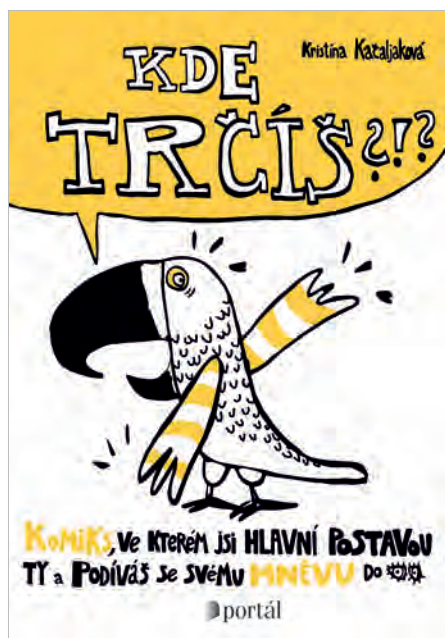
je český ilustrátor a grafik. Kromě mnoha knih je autorem několika komiksových seriálů, spolupracoval výtvarně na řadě učebnic a nevyhýbá se ani reklamní ilustraci. V Portále vyšly s jeho ilustracemi např. knihy *Po stopách stoleté dámy*, *Kluci netančej!* nebo *S Komenským do komiksu*.

Kristína Kačaljaková

Kde trčíš?!?

Ilustrace Kristína Kačaljaková

Překlad Hana Zobačová



978-80-262-1896-8, brož., 64 s., asi 199 Kč

Komiks vytvořený tak, aby do něj mohlo dítě svobodně kreslit, čmárat a psát.

JSI POSLEDNÍ NADĚJE, ZACHRÁNCE A TAJNÝ AGENT!

Čas na světě se zastavil. Nic se nehýbe, vše stojí. Co teď? Záchránná akce je jen na tobě! Pomoz opravit kouzelné hodiny a vrať do světa řád!

Vydej se spolu s hrdiny tohoto komiksu na výpravu za ztraceným časem a pouč se při tom, jak pracovat se svým hněvem.

Při čtení a luštění komiksu se dítě stává jedním z hlavních hrdinů a plní různé úkoly. Některé se snaží rozvíjet v dítěti tvořivost, pohotovost, anebo potrápí jeho mozkové závity. Jiné zase směřují k navození klidu, koncentrace na sebe sama, práci se svým dechem a soustředění pozornosti k přítomnému okamžiku.

Tvorby/četby komiksu se může účastnit i dospělý (rodič, prarodič, učitel, vychovatel), je dítěti průvodcem a komiks jim společně umožňuje pochopit, co je to hněv a jak s ním pracovat. Sešit je určený dětem od 6 do 9 let.



Kristína Kačaljaková,

autorka a ilustrátorka, vystudovala psychologii na FF UK v Praze. Komiksový sešit původně vytvořila pro své dva syny. V roce 2019 komiks vydala na Slovensku, kde byl zařazen do katalogu Nejkrásnější dětské knihy roku 2020.

Alžběta Votavová

Ospálek

Knížka pro usínání

Ilustrace Michaela Bergmannová



978-80-262-1866-1, váz., 48 s., asi 299 Kč

Knihou hravou formou zpracovává večerní rituály a pomáhá s navozením večerního řádu.

MÁ RÁD VŮNI PEŘINEK A NEJVÍC PRÁCE MÁ NAVEČER...

Možná nevíš, že u vás doma žije kromě jiných bytůstek i skřítek Ospálek. Pomáhá dětem do postýlek, aby si všechno hezky zapamatovaly a na nic s mámou a tátou nezapomněly. Můžeš jít klidně spát a už se nemusíš stokrát vracet, protože se chceš ještě napít a vyčurat, anebo nevíš, kde máš plyšáka do postýlky. A jéje, vždyť jste si nedali pusku na dobrou noc. A co pohádka? Třeba o Ospálkovi! No, a co by to bylo za noc bez pyžamka. A vyčistit zuby přece ještě!...

Knihy je určena pro děti, kterým má pomoci s navozením večerního řádu. Obsahuje i část textu pro rodiče, ve kterém se autorka snaží pomoci jim rozpoznat, jak vypadá dítě zralé na spaní, v čem jsou večerní rituály dobré, pro dítě velmi potřebné a že jejich absence jej stresuje. Kniha je určena pro děti od 3 do 7 let.



Alžběta Votavová

je fyzioterapeutka, která se ve své praxi často setkává s dětmi, jejichž motorické a hyperaktivní obtíže souvisí i s jistou absencí přirozeného řádu v rodině. Nejen pro ně se rozhodla vytvořit svoji knihu večerních rituálů.



Michaela Bergmannová

se věnuje ilustrování knih pro děti a filmové animaci. Kromě knižní tvorby spolupracuje také s Českou televizí a dětskými časopisy. Portál vydal řadu knih pro předškolní i školní děti s jejími ilustracemi, které jsou hravé, veselé, plné fantazie a mezi dětmi velmi oblíbené.

Frida Nilsson

Léto s Hedvikou

Ilustrace Komára

Překlad Viola Somogyi



978-80-262-1885-2, váz, 176 s., asi 389 Kč

STRAŠIDELNÝ LETNÍ PŘÍBĚH O LÁSCĚ, O ODCHÁZENÍ, O TOM, CO JE NA LIDECH DŮLEŽITÉ, A JAK ZÍSKAT ZPÁTKY ZTRACENÝ FOTOAPARÁT. Hedvika je zase o rok starší a vypadá to, že v létě nebude do čeho píchnout. Kamarádka Linda totiž odjela k moři. Navíc se babička vrátila z nemocnice a je z ní někdo úplně jiný. Nejdřív Hedvice slíbí své cínové vojáčky, ale vzápětí na to zapomene. Naštěstí se v sousedním domku objeví letní hosté – lehce potrhlý tatínek a jeho syn Štěpán, zvaný Špek, který si ví rady v každé situaci. Nebýt jeho, Hedvika by nikdy nezjistila, jestli je protivný Dlouhán ze zatáčky nebezpečné strašidlo a jestli babička skutečně odjela od kuchyňského dřezu rovnou do Itálie.

Kniha pro děti od 7 do 9 let.



DOPORUČENÉ TITULY:

Ve škole se dějou věci!

Poněkud zvláštní kůň



Frida Nilsson

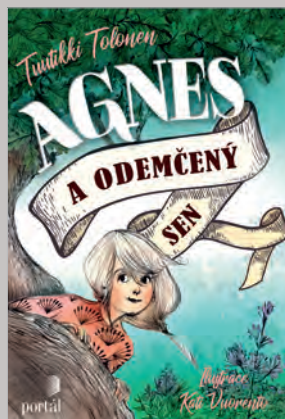
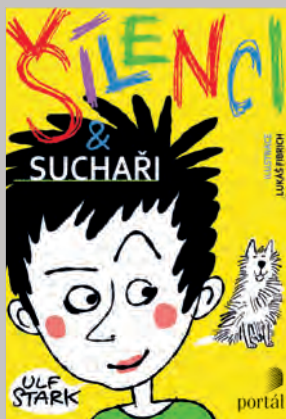
je švédská autorka knížek a rozhlasových her pro děti. V Portále vyšla řada jejích úspěšných knih.



Komára

je známá česká ilustrátorka, stejně jako autorka dětských knih. Její ilustrace zdobí v nakladatelství Portál nejednu knihu, a to pro děti předškolního i školního věku.

Severští autoři pro děti



Timo Parvela

Koumákův fotbalový tým

Ilustrace Pasi Pitkänen

Překlad Michal Švec



978-80-262-1888-3, váz., 112 s., asi 269 Kč

Kniha byla v roce 2017 nominována v Německu na cenu Lese-Kicker, což je cena za nejlepší dětskou knihu o fotbale a uděluje se každé dva roky.

PATE UŽ JE OPĚT TU. A TENTOKRÁT MILUJE FOTBAL!

Má i svůj nejoblíbenější tým Medvěďů a před sebou velký turnaj. K překvapení všech Pate na nominaci středového hráče v týmu nedosáhne, a to i přes to, že je naprosto skvělý a výjimečný! Pate je ale koumák a jen tak se nevzdává. Založí si vlastní tým! Je tedy pravda, že Messi ani Ronaldo jeho skvělou nabídku členství v týmu nepřijmou, ale Pate naštěstí najde nově, o to však zapálenější hráče: co na tom, že jednomu je devadesát, druhý spí a bydlí v parku a třetí je třínohý pes. Možná mají jeho noví spoluhráči skrytý talent! A když se do týmu navíc přidá také strýček Teemu s Karoliinou, o vítězství je jistě rozhodnuto. Jednotlivé krátké kapitoly jsou bohatě prokládány obrázky, nákresy, přímou promluvou či poznámkovými a novinovými zápisy.



Timo Parvela

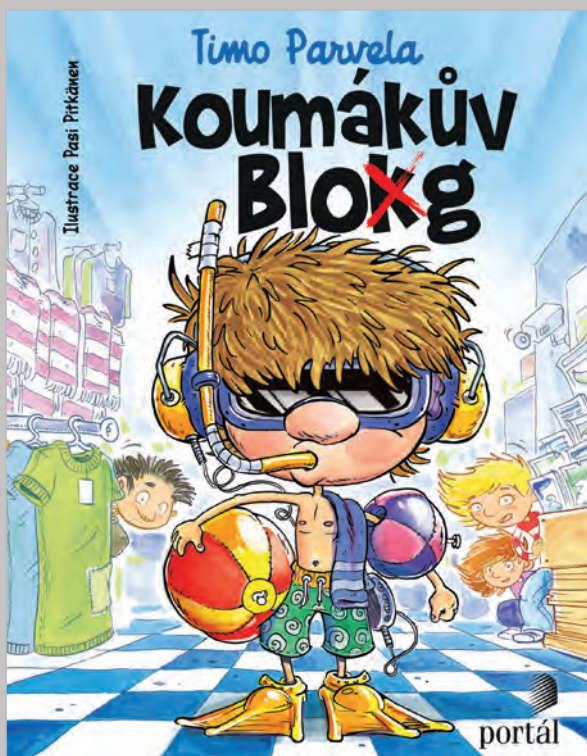
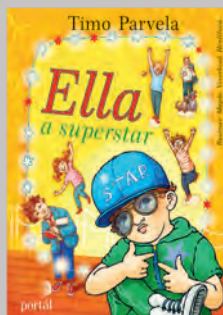
je původní profesí učitel, píše pro děti i pro dospělé a ve Finsku je v oblasti dětské literatury nepopiratelnou hvězdou. Jeho knihy byly přeloženy do více než třiceti jazyků a získal za ně řadu ocenění.



Pasi Pitkänen

vystudoval grafický design a zaměřuje se na filmografii a animaci. Věnuje se ilustrování dětských knížek a pracuje jako grafik.

Knihy Tima Parvely



Dawn Huebner

Sourozenecká příručka pro přežití

Překlad Petra Diestlerová

Ilustrace Magdalena Kokešová



978-80-262-1872-2, brož., 128 s., asi 269 Kč

**Schopnost dvou sourozenců vytrvat v hádce je limitována pouze jejich potřebou spát.
*Murphyho zákon***

MÍT BRATRA NEBO SESTRU MŮŽE BÝT NÁROČNÉ.

Může to ale taky být báječné! Skvělé stránky sourozenectví ale někdy nevidíme, protože... on všude nechává binec. Ona si domů vodí kámošky, které pořád jen mluví a mluví, a já jsem tam jen jako malý ocásek. On se na mě pořád vytahuje. Ona je horší než naši, protože pořád vykládá, co bych měla dělat... Sami uznáte, že to není lehké. Prý se s tím ale dá něco dělat. A neznamená to, že bráchu nebo ségru odešleme na jinou planetu, že ne? I když nás někdy štvou, je s nimi často i legrace.

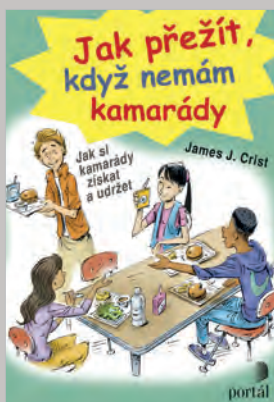
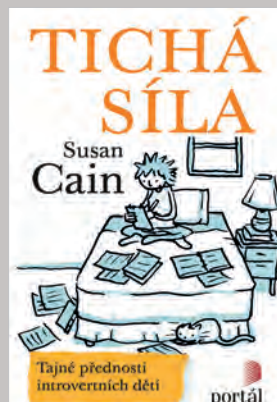
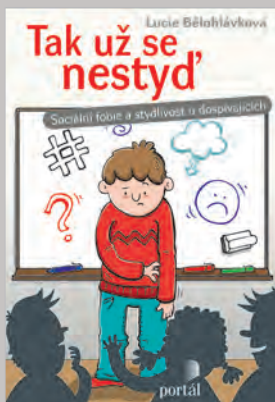
Rádce pro mládež pomůže všem sourozencům překonat napětí a objevit v sobě navzájem nejlepší parťáky.



Dawn Huebner, Ph.D.,

je klinická psycholožka. Specializuje se na práci s úzkostnými dětmi a jejich rodiči.

Nejprodávanejší rádce pro mládež



Eva Svobodová

Aby nám tu bylo hezky

Tvoříme pravidla v MŠ



978-80-262-1852-4, brož., 136 s., asi 249 Kč

K ČEMU JSOU NÁM PRAVIDLA? ABY NÁM TU BYLO HEZKY.

Kniha otvírá téma nastavování pravidel v mateřské škole. Existují dvě cesty, jak to udělat. Jedna je ta jednoduchá: sepíšeme pravidla a vy se jimi, děti, budete pěkně řídit. Obvykle takto stanovená pravidla nefungují. Ta druhá stojí více sil a práce, podílejí se na ní děti, ale můžeme se radovat, že je děti dodržují, a dokonce si jejich dodržování vzájemně připomínají. Taková pravidla pak platí pro všechny, pro malé i velké. Abychom byli úspěšní, potřebujeme, aby pravidla byla smysluplná a také aby z nich bylo jasné, co kdo u nás ve třídě potřebuje a co kdo od ostatních očekává. I to, že nejsou pravidla jako pravidla. O tom, že se nepřechází na červenou, nikdo nepochybuje, ale jak to u nás bude třeba s uklízením hraček? Nepřijdou děti náhodou (a s naší pomocí) na to, jak to udělat, aby to ve třídě bylo všem příjemné a abychom se tam v nepořádku neztratili? Autorka přibližuje téma na četných příkladech z praxe mateřských škol.



DOPORUČENÝ TITUL:

Knížka pro začínající učitelky mateřských škol



Mgr. Eva Svobodová

vyučuje na PF JČU v Českých Budějovicích obor učitelství pro MŠ. Je spoluautorkou knih *Vzdávání v mateřské škole*, *Metody dramatické výchovy v MŠ*, *Do školky za zvířátky* a *Osobnost předškolního pedagoga*.

Eva Koželuhová

Čtenářské strategie

u předškolních dětí a nečtenářů



978-80-262-1858-6, brož., 160 s., asi 299 Kč

KNIHA PŘEDSTAVUJE MOŽNOSTI VYUŽÍVÁNÍ ČTENÁŘSKÝCH STRATEGIÍ

při předčítání dětem předškolního věku a nečtenářům na počátku školní docházky. Cílem metody využívání čtenářských strategií je rozvíjet u dětí plné porozumění textu, tedy i porozumění implicitního významu, a připravit děti pro budoucí samostatné čtení s porozuměním. V teoretické části jsou v jednotlivých kapitolách představeny čtenářské strategie vhodné pro předškolní vzdělávání a také postup, jak s nimi při předčítání efektivně pracovat. V praktické části jsou uvedeny příklady konkrétních čtenářských lekcí s podrobnou metodikou a reflexemi jejich realizace v mateřských školách. Vše je doplněno videoukázkami, na které je v textu odkazováno; videoukázky jsou po zadání kódů z textu dostupné na YouTube. Kniha osloví pedagogy mateřských škol i prvních ročníků základních škol. Autorka přes dvacet let působila jako učitelka mateřské školy. Vystudovala magisterský studijní program Pedagogika předškolního věku a doktorský studijní program v oboru Pedagogika, oboje na Univerzitě Karlově. Ve své práci se zaměřuje kromě didaktiky předškolního vzdělávání na rozvoj čtenářské gramotnosti – vede kurzy pro budoucí učitele na VŠ, spolupracuje jako lektorka DVPP pro NPI.



Mgr. Eva Koželuhová, Ph.D.,

působí jako odborná asistentka na katedře preprimární a primární pedagogiky Pedagogické fakulty UK a na katedře pedagogiky Pedagogické fakulty ZČU v Plzni.

Kateřina Markalousová

Domek plný úkolů

*Pracovní listy pro předškoláky, čerstvé školáky
a hlavně pro radost*

Ilustrace Petra Šolcová



978-80-262-1860-9, brož., 64 s., asi 179 Kč



DOPORUČENÝ TITUL:
Špunti ve školce



Kateřina Markalousová

je speciální pedagožka s mnohaletou praxí v běžné
i speciální mateřské škole a ve škole základní.

**PRACOVNÍ LISTY JSOU SESTAVENY Z PATNÁCTI
KRÁTKÝCH PŘÍBĚHŮ,** které se odehrávají kolem

jednoho zdánlivě obyčejného domu. Příběhy popisují život zajímavých nájemníků, kteří v něm žijí. Ke každému příběhu jsou připojeny tři pracovní listy s úkoly. Ty je hravou formou ještě doplňují a čtenáři si děj mohou prožít i jiným způsobem. Úkoly – pracovní listy k příběhům jsou pestré, jejich společným jmenovatelem je procvičování grafomotoriky, rozvoj zrakového a sluchového vnímání, orientace na ploše, rozvíjení slovní zásoby i dětské fantazie.

Listy jsou určeny dětem v předškolním věku a čerstvým školákům. Ale využijí je i družinářky a rodiče při cestách a při společných chvílích trávených s rodinou.

Marcela Kotová

Vlaštovičky štěbetají, z jara totiž radost mají

Tematické celky a pracovní listy pro MŠ

Ilustrace Iveta Jandová



978-80-262-1892-0, brož., 72 s., asi 185 Kč

PRACOVNÍ SEŠIT ZAMĚŘENÝ NA OBDOBÍ JARA

A LÉTA je rozdělený na dvanáct týdenních bloků s jednoduchými popisy činností. Veškeré aktivity jsou rozepsány na jednotlivé dny a autorka dbá na jejich vyváženost v kontextu celého týdne. Zabývá se prvotní motivací, následně komunitním kruhem, nabízí činnosti výtvarné, pohybové, hudební, v prostoru, u stolečku a nápady na pobyt venku. Ke každému týdnu jsou připojeny tři pracovní listy, které přímo navazují na určité činnosti a aktivity, které se v knize objevují. Sešit tedy může sloužit velmi dobře jako podklad pro každodenní přípravy začínajícím učitelkám. Těm zkušenějším pak přináší jednoduchý přehled činností, které si mohou následně skládat podle vlastního uvážení a vybírat si z pracovního sešitu pouze ty, které se jim líbí.

Jde o první díl série tří pracovních sešitů cílených vždy na jednu část roku. Na sešit budou navazovat obdobně koncipované další dva díly zaměřené na aktivity podzimní a zimní.



Marcela Kotová

pracuje jako učitelka mateřské školy. Ve své práci se snaží rozvíjet a pomáhat dětem i začínajícím učitelkám. Právě tato snaha ji přivedla k tvorbě knih pro děti i pedagogy. V Portále vyšla např. její *Kniha pro začínající učitelky*.

Marcela Kotová

Když jazýčkem zacvičíme, krásně se hned rozmluvíme

Pohádky pro logopedickou prevenci

Ilustrace Vendula Hegerová



978-80-262-1895-1, brož., 64 s., asi 179 Kč

DNEŠNÍ DĚTI MAJÍ PROBLÉM SE SPRÁVNOU VÝSLOVNOSTÍ NĚKTERÝCH HLÁSEK.

Chcete se toho vyvarovat? Stačí jen rozhybat jazýček. Krátkou pohádkou pomůžete k rozvoji motoriky mluvidel dítěte a zamezíte špatnému vyslovování hlásek. Děti si zábavnou formou procvičí pusinku, můžou si pohádku samy přečíst pomocí obrázků, vybarvit omalovánku a procvičit grafomotoriku na pracovním listu.

Každá kapitola obsahuje pohádku na rozvoj motoriky mluvidel, čtení podle piktogramů, didaktickou hru a pracovní list.



DOPORUČENÉ TITULY:

Najdu Edu na posedu

Logopedické hádanky 2



Marcela Kotová

pracuje jako učitelka mateřské školy. Ve své práci se snaží rozvíjet a pomáhat dětem i začínajícím učitelkám. Právě tato snaha ji přivedla k tvorbě knih pro děti i pedagogy. V Portále vyšla např. její *Kniha pro začínající učitelky*.

Milena Kmentová

Kreslíme lehce, zpíváme tence

Rozvoj grafomotoriky s hudebními činnostmi

Ilustrace Markéta Knorová
a Alžběta Moravcová



978-80-262-1894-4, brož., 64 s., asi 185 Kč

PUBLIKACE PŘINÁŠÍ METODICKÝ MATERIÁL PRO ROZVOJ PSYCHOMOTORIKY A GRAFOMOTORIKY DĚTÍ V PŘEDŠKOLNÍCH ZAŘÍZENÍCH. Tvoří ji 16 obdobně

strukturovaných kapitol s vyváženým obsahem činností rozvíjejících oblast hrubé motoriky, jemné motoriky a grafomotoriky. V každé kapitole hrají klíčovou roli hudební činnosti, motivované známými i novými autorskými písněmi. Klíčovým efektem souběžného zpěvu a pohybu je ovlivnění dechu, neboť se tak předchází jeho zadržování, což přispívá k odbourávání přepětí v těle začínajícího kreslíře/písaře. Publikace reflektuje časté věkově heterogenní složení dětských kolektivů i individuální rozdíly v grafomotorických dovednostech a záměrně nabízí ke každé lekci několik variant pracovních listů s odstupňovanou náročností.

Materiál navazuje na tradici Metody dobrého startu v polském a českém vzdělávání. Metodika byla ověřována ve školních letech 2016/19 formou pilotního používání vznikajících materiálů v několika MŠ a v přípravném ročníku ZŠ. Osloví pedagogy mateřských škol a přípravných ročníků základních škol. Dále pak logopedické asistenty.



DOPORUČENÉ TITULY:

Slovo, slůvko, slovíčko,
honem poběž, písničko!
Třída zpívá ÍÁÍÁ



Mgr. Milena Kmentová, Ph.D.,

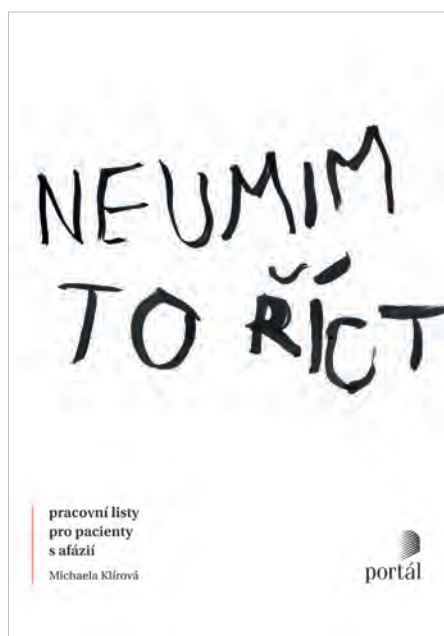
vystudovala speciální pedagogiku – učitelství na speciálních školách s prohloubenou HV. Pracuje v CMŠ Laura v Praze. Dále působí na katedře hudební výchovy PedF UK. Vede akreditované semináře v NIDV a lektoruje pravidelně pro Českou obec sokolskou.

Michaela Klírová

Neumim to říct

Pracovní listy pro pacienty s afázií

Ilustrace Michaela Klírová



978-80-262-1893-7, brož., 72 s., asi 189 Kč

„Není nic horšího, než když si pacient uvědomuje, co mu říkáte, a nedokáže vám odpovědět. Prostě si nevybaví to správné slovo.“ Štěpánka Lauková, logopedka

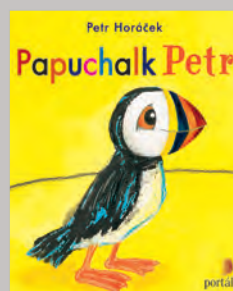
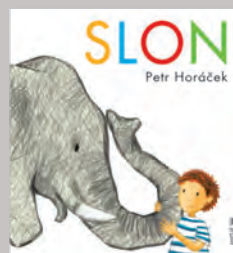
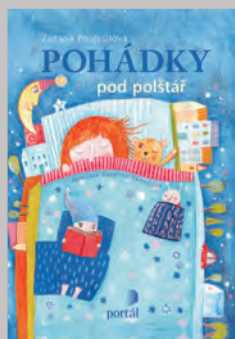
SOUBOR PRACOVNÍCH LISTŮ URČENÝCH PRO PACIENTY PO MOZKOVÉ PŘÍHODĚ, traumatu mozku či jiném poškození, které způsobilo obtíže v komunikaci, artikulaci, obecně jazykovém vyjadřování. Listy obsahují cvičení z oblasti slovních automatismů, grafomotoriky, her se slovy, doplňování háček a čárek, koncových hlásek, rýmů apod. Jsou skvělou pomůckou při nároční rehabilitaci, bohatým zdrojem podnětů a nápadů. Své využití najdou i při práci s lidmi s demencí.



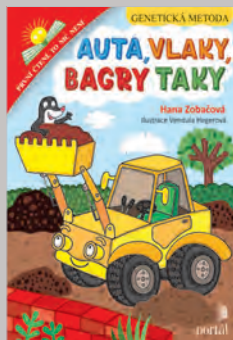
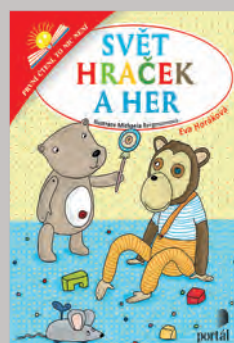
Michaela Klírová

je grafička, spolupracuje s časopisy *Tečka* a *Puntik*.

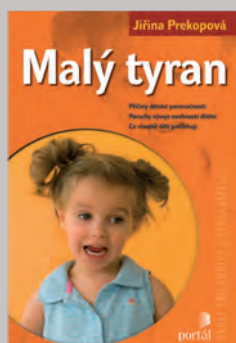
TOP knihy pro děti



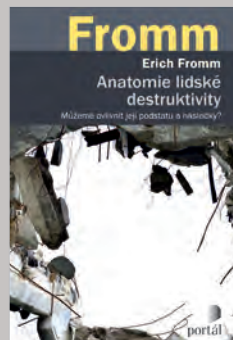
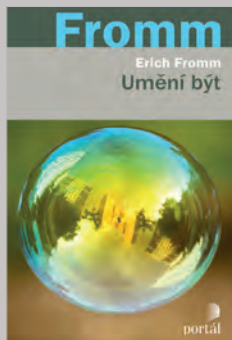
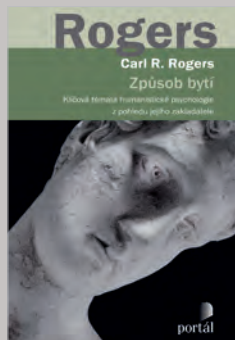
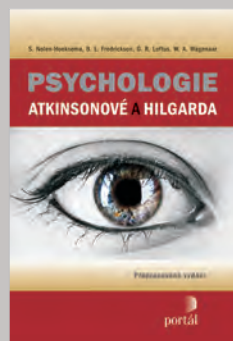
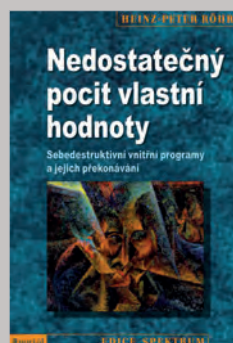
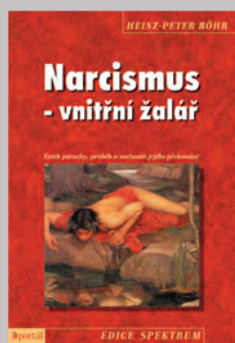
TOP První čtení



TOP Rádci pro život



TOP Pro odborníky



JEDNATEL:

Mgr. Martin Bedřich, Ph.D.
bedrich@portal.cz

VEDOUcí VÝROBY:

Kateřina Tvrdá
tvrda@portal.cz

VEDOUcí OBCHODU:

Mgr. Milan Miškařík
miskarik@portal.cz

ASISTENTKA REDAKCE:

Ilona Tůmová
tumova@portal.cz

VEDOUcí MARKETINGU:

Bc. Kateřina Kokešová
kokesova@portal.cz

**ŠÉFREDAKTOR KNIŽNÍ REDAKCE
A VEDOUcí ČASOPISŮ:**

Mgr. Martin Bedřich, Ph.D.
bedrich@portal.cz

PORTÁL, s. r. o.

Klapkova 1867/2, 182 00 Praha 8

tel.: 283 028 111, e-mail: naklad@portal.cz

OBJEDNÁVKY A NÁKUP KNIH

tel.: 283 028 203
(jednotlivci)

tel.: 283 028 202 a 206
(knihkupci)
e-mail: obchod@portal.cz

**KNIHKUPECTVÍ PORTÁL PRAHA
PO-PÁ 9.00-18.00 HODIN**

Jindřišská 30, 110 00 Praha 1
tel.: 224 213 415
knpraha@portal.cz

Klapkova 2, 182 00 Praha 8
tel.: 283 028 203
knklapkova@portal.cz

E-SHOP:

<https://obchod.portal.cz>
tel.: 283 028 205

OBCHODNÍ ZÁSTUPCI:

Jan Kubánek (Praha a Čechy)
kubanek@portal.cz | tel.: 724 635 654

Pavel Těthal (Praha a Čechy)
tethal@portal.cz | tel.: 724 635 656

Michal Jančařík (Morava – knihkupci)
jancarikm@portal.cz | tel.: 724 635 655

Jan Krchov (pro školy)
krchov@portal.cz | tel.: 724 635 669

SLOVENSKO

Portál Slovakia
PaedDr. Nadežda Čabiňáková
Horská 810, Horný Slavkov,
059 91 Veľký Slavkov
portalslovakia@portalslovakia.sk
tel.: 00421 910 995 655

E-SHOP:

<https://www.portalslovakia.sk>

PSYCHOLOGIE DNES

O PSYCHOLOGII ODBORNĚ I OTEVŘENĚ



RODINA A ŠKOLA, INFORMATORIUM 3-8

MĚSÍČNÍKY PRO RODIČE I UČITELE



VÍCE NA NAKLADATELSTVI.PORTAL.CZ/CASOPISY