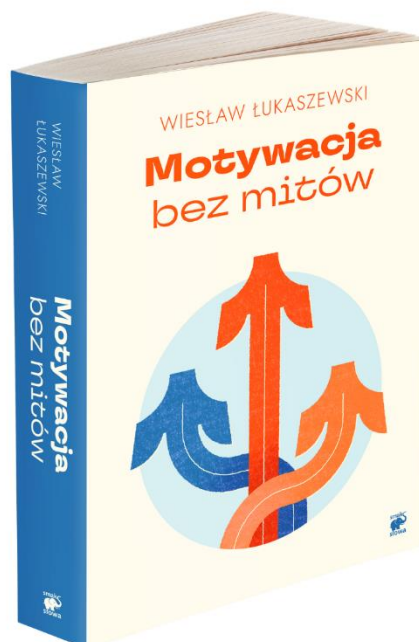


KSIĄŻKI PREMIEROWE

WIESŁAW ŁUKASZEWSKI „Motywacja bez mitów”



Motywacja bez mitów, bez tanich sztuczek, bez kokieterii i zwodzenia myśli na manowce – tak można by rozwinąć tytuł tej książki, napisanej z szacunkiem dla tych, którzy po nią sięgną.

Autor zajmował się motywacją przez lata, przeczytał chyba wszystko, co na jej temat opublikowano, prowadził również własne badania i obserwacje. W poszczególnych rozdziałach dzieli się swoją wiedzą w sposób czytelny nawet dla osób, które nie mają psychologicznego wykształcenia. Każdy rozdział zaś kończy się zestawem pożytecznych wskazówek, które można od razu zastosować, by w praktyce wykorzystać zdobytą właśnie wiedzę. Owe wskazówki mogą się okazać szczególnie cenne dla tych, którzy starają się motywować innych ludzi – swoich pracowników, uczniów, a także swoje dzieci.

Na co dzień chyba wszyscy jesteśmy poganiani, napominani, kontrolowani, dyscyplinowani i oceniani – w ten sposób się nas „motywuje”. Skąd jednak czerpać motywację i siły do osiągnięcia wyznaczonych celów, skoro ludzkie zasoby jakoś nie chcą być niewyczerpane?

Wielkie firmy poświęcają spore fundusze na warsztaty motywacyjne dla swoich menedżerów. W księgarniach pełno jest poradników, które podpowiadają, jak motywować siebie i innych. Szkoły próbują wykrzesać drobiny motywacji z dzieciaków, które na samym początku opowiadają o tym, czego się w nich nauczyły, a z biegiem

KSIĄŻKI PREMIEROWE

czasu i kolejnych klas zaczynają mówić jedynie o tym, co dostały (ocenę, uwagę i tym podobne).

Lektura tej książki sprzyja myśleniu, że może być inaczej, że nie trzeba koniecznie używać kija czy marchewki, że można w człowieku – małym i dużym – znaleźć to, co w nim dobre i piękne, wspierać jego naturalną ciekawość i skłonność do podejmowania wysiłku, by nieustannie poznawać, tworzyć, zmieniać świat.

To fajna rzecz – książka nie jest ściśle naukowa, ale na nauce oparta. Nie jest także poradnikiem, lecz skłania do refleksji, a co więcej – daje sensowne narzędzia w postaci pytań na koniec każdego rozdziału. I choć nie skupia się na poradach praktycznych, dotyka jednak prawdziwie praktycznych problemów (takich, z jakimi zmagają się na przykład rodzice czy nauczyciele). W moim odczuciu można ją potraktować jako swoistą wycieczkę po problemach związanych z motywacją. Na dodatek wycieczkę z doskonałym przewodnikiem, który z jednej strony, jako naukowiec, zgłębił zagadnienie motywacji w swojej pracy badawczej, z drugiej zaś potrafi o niej mówić jako człowiek, opierając się na codziennych obserwacjach i życiowym doświadczeniu. - Tomasz Grzyb

To świetna książka, i to pod wieloma względami. Jest bardzo merytoryczna, pełna odniesień do wyników różnych badań, a jednocześnie bardzo praktyczna – ludziom, którzy chcieliby dokonać w sobie jakiejś zmiany, udziela konkretnych i nader cennych wskazówek. Można je wykorzystać zarówno w działaniach na rzecz własnego rozwoju (jakkolwiek wyświechtana jest to fraza), jak i w pracy, w której inspirowanie innych (w tej roli zwykle występują nauczyciele i menedżerowie, ale źródłem codziennych inspiracji są także rodzice).

Bardzo mi się podoba struktura i forma tej książki. Jest w niej porządek i przestrzeń, nie ma przesady ani poczucia przytłoczenia. Na pewno ją kupię i umieszczę w swojej biblioteczkę, dam swoim dzieciom do przeczytania, będę z niej korzystał w swojej pracy i polecać innym.

Do niczego nie potrafię się tutaj przyczepić, a tak lubię... - Ewa Jarczewska - Gerc

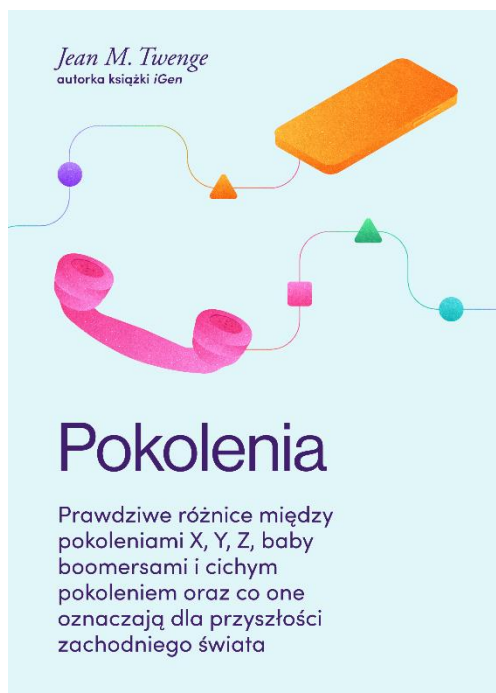
Wiesław Łukaszewski- profesor psychologii. Autor licznych książek, między innymi: „Wielkie i te nieco mniejsze pytania psychologii”, „Mądrość i różne niemądrości” i „Pięknie się różnić, mądrze być podobnym”, wielu artykułów naukowych, a także zbioru felietonów na tematy psychologiczne „Niewielka suma szczęścia”. Znany popularyzator psychologii. W przeszłości wieloletni przewodniczący, a obecnie honorowy przewodniczący Komitetu Psychologii PAN. Miłośnik dobrej literatury, muzyki oratoryjnej i ogrodów.

Bezpośredni link: <https://sklep.smakslowa.pl/motywacja-bez-mitow.html>

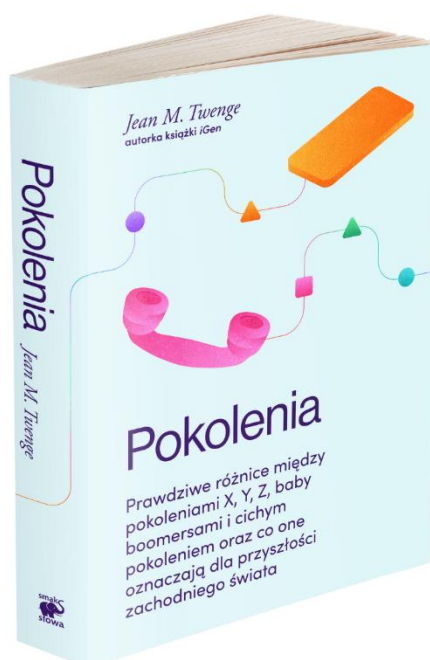
KSIĄŻKI PREMIEROWE

POKOLENIA. PRAWDZIWE RÓŻNICE MIĘDZY POKOLENIAMI X, Y, Z, BABY BOOMER-SAMI I CICHYM POKOLENIEM ORAZ CO ONE OZNACZAJĄ DLA PRZYSZŁOŚCI ZACHODNIEGO ŚWIATA Jean M. Twenge (autorka książki *iGen*)

Przekład z języka angielskiego: Agnieszka Nowak-Młynikowska



We



współczesnym świecie żyją przedstawiciele sześciu pokoleń:

- cichego pokolenia, urodzeni w latach 1925–1945,
- baby boomersów, urodzeni w latach 1946–1964,
- pokolenia X, urodzeni w latach 1965–1979,
- milenialsów (pokolenia Y), urodzeni a latach 1980–1994,
- pokolenia Z, urodzeni w latach 1995–2012,
- oraz jeszcze nienazwanych kohort, urodzonych po roku 2012.

Mają oni bardzo różne doświadczenia życiowe, a co za tym idzie – można przypuszczać, że ich przekonania i zachowania również są zupełnie odmienne. Na czym jednak polegają te różnice, jakie są ich przyczyny i jak głęboko sięgają?

Jean Twenge, profesorka psychologii i „najwybitniejsza ekspertka w dziedzinie zmian pokoleniowych” (jak ją nazwała Lisa Wade, autorka książki *American Hookup*), czerpie ze skarbicy wieloletnich badań i baz danych, aby odpowiedzieć na ważne pytania: czy rzeczywiście definiują nas ważne zdarzenia historyczne, takie jak Wielki Kryzys w wypadku cichego pokolenia czy ataki z 11 września 2001 roku w wypadku milenialsów? A może – jak twierdzi Twenge – tym, co różnicuje pokolenia, jest szybki postęp techniczny?

KSIĄŻKI PREMIEROWE

Twenge z właściwą sobie wnikliwością docieka, czego pragną od reszty życia przedstawiciele cichego pokolenia i baby boomersi; w jaki sposób pokolenie X mierzy się z wyzwaniem wieku średniego; jakimi ideałami kierują się milenialsi jako rodzice i pracownicy; oraz jak pandemia COVID-19 zmieniła członków pokolenia Z. To tylko niektóre z fascynujących tematów poruszonych w tej książce.

Zaskakujące, zajmujące i pouczające, Pokolenia na zawsze zmieniają sposób, w jaki patrzysz na swoich rodziców, rówieśników, współpracowników i dzieci, bez względu na to, z którym pokoleniem się utożsamiasz.

Jean M. Twenge, profesorka psychologii na Uniwersytecie Stanowym w San Diego, jest autorką ponad stu publikacji naukowych i kilku książek opartych na prowadzonych przez siebie badaniach, między innymi Pokolenia, iGen i Generation Me. Jej badania opisywano w takich gazetach i czasopismach, jak „Time”, „The Atlantic”, „Newsweek”, „The New York Times”, „USA TODAY” i „The Washington Post”. Występowała również w programach telewizyjnych Today, Good Morning America, Fox and Friends i CBS This Morning oraz na antenie National Public Radio.

Recenzje książki POKOLENIA:

Jej wnioski na temat postępu technicznego i indywidualizmu – oraz jej prognozy na przyszłość – przyprawią cię o utratę tchu. Co ważniejsze, autorka skłania czytelnika do refleksji nad tym, w jaki sposób zaakceptowanie różnic międzypokoleniowych paradoksalnie może pomóc nam się zjednoczyć. – Angela Duckworth, autorka bestsellera Upór. Potęga pasji i wytrwałości

Fascynująca książka Jean Twenge pozwala nam zrozumieć, w jaki sposób trendy kulturowe ukształtowały dobrostan psychiczny każdego z pokoleń. To lektura obowiązkowa dla każdego, kogo niepokoi współczesny kryzys zdrowia psychicznego. – Lori Gottlieb, „New York Times”, autorka bestsellera Maybe You Should Talk to Someone

Autorka książki Pokolenia, łączącej w sobie psychologię i historię, z niewielką domieszką popkultury, kreśli obraz życia członków sześciu pokoleń i wyjaśnia, skąd biorą się różnice międzypokoleniowe. Jeśli pragniesz lepiej zrozumieć swoje dzieci, swoich rodziców lub dziadków, to ta zajmująca książka zapewni Ci wgląd w ich życie, jakiego nie znajdziesz w żadnej innej lekturze. – Kathleen Vohs, University of Minnesota, przedstawicielka pokolenia X

Pokolenia autorstwa Jean Twenge to prawdziwy majstersztyk. Autorka łączy własne ponad trzydziestoletnie badania nad różnicami międzypokoleniowymi z bogatym zbiorem danych, aby przedstawić wszechstronny, oparty na danych opis poszczególnych pokoleń. Gorąco polecam tę książkę każdemu, kto pragnie zrozumieć współczesną

KSIĄŻKI PREMIEROWE

kulturę – specjalistom w dziedzinie zarządzania, zasobów ludzkich, edukacji i marketing, a także wszystkim tym, którzy są po prostu ciekawi. – W. Keith Campbell, autor książki *The New Science of Narcissism*

Jean Twenge jest najwybitniejszą badaczką zmian pokoleniowych na świecie. W tej obszernej, klarownej analizie autorka łączy dane pochodzące od milionów osób badanych w ciągu kilku dziesięcioleci z przekonującymi przykładami sposobu myślenia i priorytetów każdego z pokoleń. Dzięki lekturze tej książki pedagodzy, pracownicy, specjaliści w dziedzinie marketingu, przywódcy religijni i futurologi poznają świeże, przenikliwe spojrzenie na dzisiejszy świat społeczny, a zważywszy na przemianę pokoleń – również na świat jutra. – David G. Myers, Hope College, autor książki *How Do We Know Ourselves: Curiosities and Marvels of the Human Mind*

Kiedy Jean Twenge wydaje nową książkę, zaraz biegnę ją kupić! Rzadko spotyka się tak rygorystyczną, skrupulatną badaczkę i utalentowaną pisarkę w jednej osobie. Pokolenia otworzą czytelnikom oczy i będą książką, do której nieustannie się wraca. – Sonja Lyubomirsky, profesorka psychologii na Uniwersytecie Kalifornijskim w Riverside i autorka książki *The How of Happiness*

Jean Twenge przeprowadziła jedne z najlepszych badań młodych Amerykanów w ostatnich latach, a jej nowa książka wzbogaca ten wybitny dorobek. Autorka opisuje w niej wszystkie żyjące współcześnie pokolenia i wskazuje na rozwój technologii jako główny czynnik, który je różnicuje, a jej wywód jest przekonujący i błyskotliwy. Twenge przywołuje jeden ważny, potwierdzony empirycznie fakt za drugim – na przykład, dlaczego problemy psychiczne, które przywykliśmy kojarzyć z dorosłymi, co roku dotyczą coraz młodszych osób – a następnie interpretuje go z pewnością wytrawnej ekspertki. W czasach, gdy nowe technologie przejmują naszą codzienność, ta książka jest niezastąpionym zasobem, zwłaszcza dla rodziców, którzy zastanawiają się, jaki świat gotują ich dzieciom te nowe media i narzędzia. Znajdziemy w niej mnóstwo wykresów i statystyk połączonych z wartką, przystępną prozą – idealną mieszankę nauki i służby publicznej. Gorąco ją polecam. – Mark Bauerlein, Uniwersytet Emory, autor książki *The Dumbest Generations Grow Up*

Bezpośredni link: <https://sklep.smaxslova.pl/pokolenia-pokoleniaz-pokoleniex-baby-boomersami-mileniasi.html>