



ZDRAVILNA MOČ BRANJA

*Knjige, ki vam pomagajo razumeti in se soočiti z
osebnimi težavami.*

STRATEGIJE PREŽIVETJA



Knjižnica Cirila Kosmača Tolmin

junij 2025

www.kcktolmin.si



Vir: **OMRA** — spletna stran za ozaveščanje
o duševnem zdravju in obvladovanju
motenj razpoloženja. www.omra.si

BERNSTEIN, Albert J. **Kdo je tu nor?** 101 predlog, kako preživeti norosti na delovnem mestu. Chiara, 2016, 290 str.

BRANCH, Rhena. **Kognitivno-vedenjska terapija za telebane.** Pasadena, 2012, 389 str.

BREITMAN, Patti; HATCH, Connie. **Kako reči ne brez občutka krivde.** Mladinska knjiga, 2002, 224 str.

CLEAR, James. **Atomske navade.** Emka, 2020, 281 str.

CROWLEY, Katherine; ELSTER, Kathi. **Delo s teboj me ubija.** Izpletite se iz čustvenih pasti na delovnem mestu. Chiara, 2015, 230 str.

EGER, Edith. **Dar:** 12 priložnosti, da se osvobodite ječe in si rešite življenje. Aktivni mediji, 2021, 241 str.

FONE, Helena. **Tehnika čustvene svobode - EFT za telebane.** Pasadena, 2013, 308 str.

FORWARD, Susan; FRAZIER, Donna. **Čustveno izsiljevanje.** Kako vplivajo ljudje na nas s strahom, dolžnostjo in krivdo. Tangram, 1999, 295 str.

FREEMAN, Daniel; FREEMAN, Jason. **Spoznajte svoj um.** Vsakdanje čustvene in duševne težave ter kako jih premagati. Gnostica, 2011, 370 str.

GLASSER, William. **Teorija izbire.** Chiara, 2021, 340 str.

HONORÉ, Carl. **Hvalnica počasnosti - svetovno gibanje, ki izpodbija kult hitrosti.** Chiara, 2019, 242 str.

JAMES, Muriel. **Rojeni za zmago.** Transakcijska analiza z gestalt vajami in eksperimenti. Iskanja, 2012, 321 str.

KAKO je EFT spremenil moje življenje - in lahko tudi vaše. Pasadena, 2013, 218 str.

KOJC, Martin. **Pot k sreči.** Vale-Novak, 2009, 158 str.

MARINOFF, Lou. **Raje Platona kot pomirjevala!** Kako z večno modrostjo reševati vsakodnevne težave. Mladinska knjiga, 2011, 323 str.

MATTHEWS, Andrew. **Sreča v težkih časih.** Modrijan, 2010, 159 str.

MCMAHON, Gladeana. **Adijo, jeza.** Priročnik za samopomoč. Didakta, 2010, 175 str.

MILIVOJEVIĆ, Zoran. **Emocije.** Razumevanje čustev v psihoterapiji. Psihopolis institut, 2008, 756 str.

MILLER, Alice. **Upor telesa.** Telo terja resnico. Tangram, 2005, 191 str.

MURPHY, Joseph. **Moč vaše podzvesti.** V. B. Z., 2011, 224 str.

PERRY, Philippa. **Knjiga, za katero si želite, da bi jo prebrali vaši starši (in za katero bodo vaši otroci veseli, da ste jo).** Mladinska knjiga, 2020, 272 str.

PRISTOVŠEK, Jana. **Čarobni odnos.** Priročnik za samospoznanje. Chiara, 2017, 217 str.

PRYOR, Karen. **Ne lajaj na psa.** Nova umetnost učenja in treninga. Didakta, 2015, 212 str.

STUTZ, Phil. **Orodje.** Spremenite probleme v pogum, samozavest in ustvarjalnost. Primus, 2012, 243 str.

YALOM, I. D.; YALOM, M. **Med smrtjo in življenjem.** Ljubezen, izguba in kaj šteje na koncu. UMco, 2022, 283 str.