



РЕКОМЕНДАТЕЛЬНОЕ ПИСЬМО

Книга Динары Гурьяновой «Полдень жизни. Перезагрузка: практическое руководство по психологии личности» издана в г. Череповце, (ИД Порт-Апрель) в 2019 году. Она посвящена теме переживания смыслового кризиса середины жизни. Проблема утраты и обретения смысла в этом возрасте крайне актуальна и существует острая необходимость выработки подходов к психологическому сопровождению личности.

В современном обществе отмечается кардинальный поворот отношения к зрелому возрасту в связи с новыми научными подходами в области психологии развития: возраст 40-50 – это не время личностной инволюции, переход к «тихой старости», а очередной этап в развитии человека. Через конструктивное переживание кризиса и принятие новообразований для личности открываются новые перспективы роста.

Такое понимание периода середины жизни автор книги Гурьянова Д.Х. доносит до широкой читательской аудитории. В живой эмоциональной манере автор излагает собственное видение психологических изменений на важном этапе жизненного пути. Читателю предлагается большой арсенал приемов и техник из профессиональной практики, которые помогают преодолеть сложности возрастного и экзистенциального кризиса в середине жизни.

В связи с недостаточно разработанностью в психологической науке темы нормативных кризисов взрослости и крайней малочисленности изданий, посвященных этой теме, книгу Динары Гурьяновой можно рекомендовать как для саморазвития, так и для профессионалов - психологов, психотерапевтов, студентов гуманитарного профиля.

НП "Региональная Ассоциация психологов-консультантов" рекомендует книгу Гурьяновой Динары Хатиповны «Полдень жизни: перезагрузка: практическое руководство по психологии личности» к участию в XXI Национальном конкурсе «Золотая Психея» по итогам 2019 года в номинации «Книга года по психологии».

Директор "НП "РАПК",
доктор психологических наук, профессор,
зав кафедрой консультационной психологии
ЯрГУ им. П.Г. Демидова



Клюева Н.В.

05.12.2019 г.