

10 книг на шляху до вашого особистісного розвитку

«Нехай думки, укладені в книгах, будуть твоїм основним капіталом, а думки, які виникнуть у тебе самого – відсотками з нього»

Фома Аквінський

► “7 звичок надзвичайно ефективних людей”

Стівен Кові

Ця книга — світовий бестселер, який допоможе стати більш ефективною людиною у професійній діяльності. Вона для людей, які прагнуть саморозвитку й реалізації свого творчого потенціалу. Автор визначає 7 звичок, які стануть картою на шляху до самовдосконалення й дадуть вірні орієнтири. Це практичні рекомендації, які потребують аналізу й застосування.

► “Есенціалізм. Шлях до простоти”

Грег МакКеон

Якщо ви постійно зайняті виконанням різного роду задач, але вам все одно не вистачає часу на найважливіше, то ця книга саме для вас. Вона допоможе вам позбавитись від усього, що не є важливим для вашого життя й зосередитись на пріоритетах, що допоможуть бути більш ефективним.

► “Цього року я ...”

М. Дж. Райан

Ця книга для тих, хто постійно порушує надані собі обіцянки. Вона містить в собі історії різних людей, що описують причини самих різних життєвих невдач. Автор на прикладі цих історій надає рекомендації й практичні вправи, які допомагають успішно досягти поставлених цілей.

► “Вийди із зони комфорту. Зміни своє життя. 21 метод підвищення особистої ефективності”

Брайан Трейсі

Книга підійде кожній людині, незалежно від сфери діяльності в якій вона розвивається. Вона розповідає про те, як добиватися вирішення складних завдань, виходячи із власної зони комфорту. Автор надає поради, які навчать керувати власним життям так, щоб ваші дії були максимально ефективними.



► **“12 тижнів у році. Як за 12 тижнів зробити більше, ніж інші встигають за 12 місяців”**

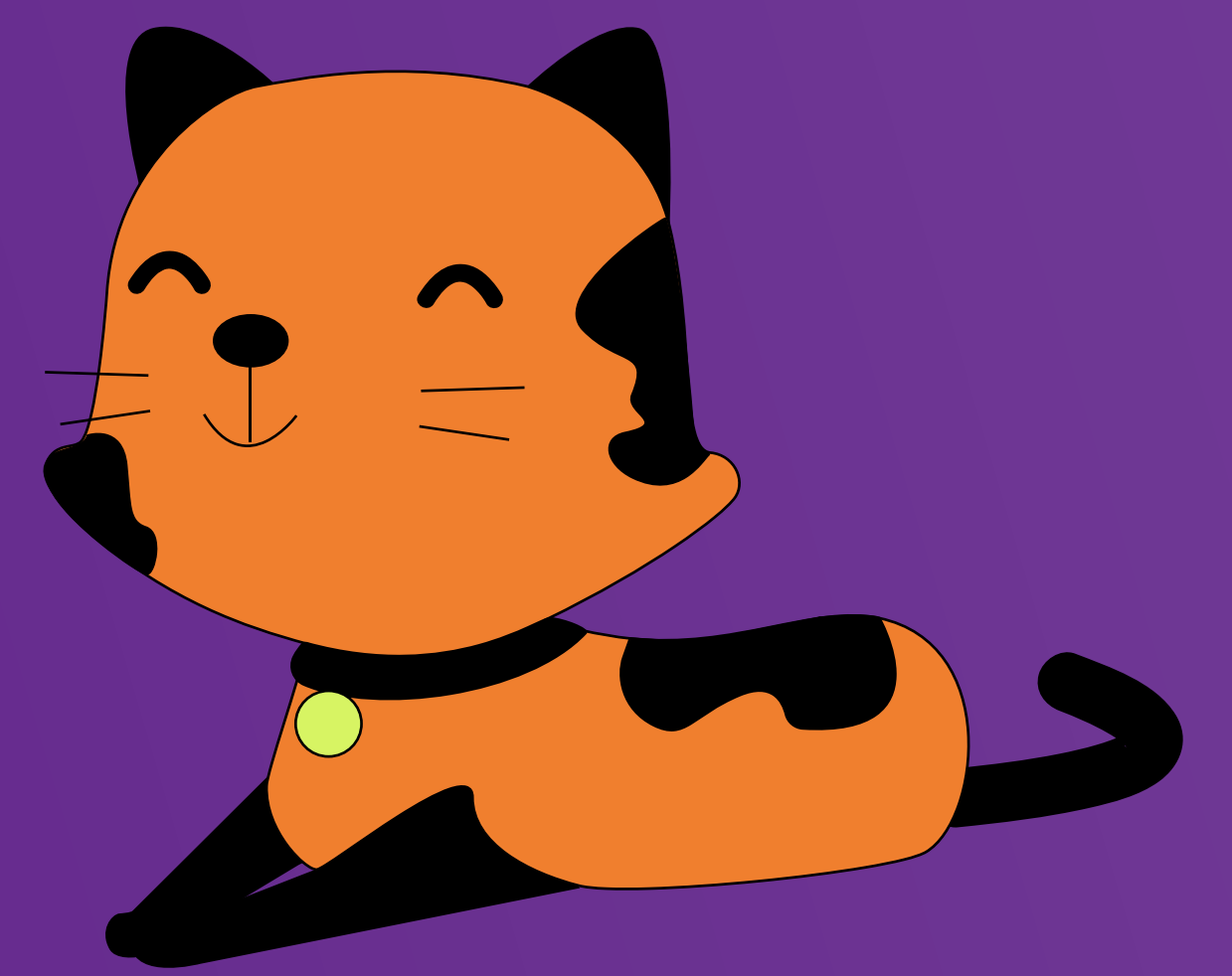
Брайан Моран, Майкл Леннінгтон

В цій книзі пояснюється перевірена система, завдяки якій ви можете покращити в декілька разів ваші поточні результати у позначені терміни. Ви зможете звільнитись від стресу, набути мотивацію й розкрити власний потенціал.

► **“Стрибни вище голови!”**

Маршалл Голдсміт

Ця книга для тих, хто вже зміг досягти успіху у своєму житті, але втратив пінок, який був рушійною силою йти вперед й не зупинятись на своїх досягненнях. Автор надає рекомендації, які допоможуть вибудувати гарні відносини з оточенням й досягти більше, ніж ви перед собою колись ставили за мету.



► **“Звички на все життя”**

Шон Янг

Книга для тих, хто хоче назавжди позбутися шкідливих звичок і замінити їх стійкими корисними новими. Особливість порад автора полягає у тому, що вони ґрунтуються на наукових даних. В книзі буде підійматись проблема опору мозку на нову модель поведінки і як протистояти цьому.

► **“Закінчи те, що почав. Як доводити справи до кінця”**

Джон Ейкафф

Книга навчить вас завершувати розпочате, попри велику кількість відволікаючих факторів. Завдяки людям, які були неспроможні завершити свої справи, були розроблені ефективні прийоми для вас. Методика, викладена у цій книзі, допоможе повірити у свої сили й відчути приплив натхнення.

► **“Одна звичка на тиждень”**

Бретт Блюменталь

Якщо ви не готові кардинально й швидко змінювати своє життя, але прагнете цього, то ця книга для вас. Це практичний посібник для кожної людини, яка хоче стати кращою версією себе. Ви будете поступово запроваджувати нові звички упродовж року, які покращать ваше життя.

► **“Атомні звички”**

Джеймс Клір

Якщо потребуєте покрокової інструкції набуття корисних звичок в незалежності від сфери життя, то ця книга для вас. Що не менш важливо, ви дізнаєтесь про секрет тривалих результатів. Книга про те, як маленькі звички у своїй сукупності роблять великі зміни.