

# Полезные материалы

*Этот блок помогает системно поддерживать личностный рост, закреплять новые навыки и осознанно управлять своим развитием с помощью лучших ресурсов и инструментов*

**Ваши рекомендации для дальнейшего развития:**

Ваша личная библиотека из 5–10 книг

Курсы и тренинги для развития

Подборка цифровых приложений

Визуализации — схемы, карты сильных сторон

Шаблоны для планирования и трекеры прогресса

► Заканчиваем авторскими аффирмациями на основе ваших сильных сторон и зон роста, формы для регулярной рефлексии и самоанализа, а также упражнения с метафорами и визуализациями для глубокого самопознания и интеграции изменений