

10 cărți pentru dezvoltarea ta personală

"Gândurile din cărți să fie principalul tău capital, iar cele care se nasc din mintea ta să fie dobânda pentru el."

Toma d'Aquino

► Cele 7 deprinderi ale persoanelor eficiente

Stephen Covey

Această carte este un bestseller mondial care te va ajuta să devii o persoană mai eficientă în viața profesională. Se adresează persoanelor care doresc să se dezvolte și să își atingă potențialul creativ. Autorul identifică 7 obiceiuri care pot deveni o hartă pentru drumul spre autoperfecționare și îți vor oferi orientările potrivite. Acestea sunt recomandări practice care necesită analiză și aplicare.

► Esențialismul. Disciplina de a urmări mai puțin

Greg McKeown

Dacă ești ocupat în mod constant cu diverse sarcini, dar tot nu ai suficient timp pentru cele mai importante lucruri, atunci această carte este pentru tine. Te va ajuta să scapi de tot ceea ce nu e important în viața ta și să te concentrezi asupra priorităților care te vor ajuta să fii mai eficient.

► This Year I Will...: How to Finally Change a Habit, Keep a Resolution, or Make a Dream Come True

M.J. Ryan

Această carte e pentru cei care își încalcă constant promisiunile față de ei înșiși. Conține povești ale unor diferite persoane ce descriu motivele pentru o varietate de eșecuri în viață. Folosind aceste povești ca exemple, autorul oferă recomandări și exerciții practice pentru a te ajuta să-ți atingi cu succes obiectivele.

► Începe cu ce nu-ți place!

Brian Tracy

Cartea este potrivită pentru orice persoană, indiferent de domeniul de activitate în care se dezvoltă. Ea spune cum să obții soluții la probleme complexe ieșind din propria zonă de confort. Autorul oferă sfaturi care te vor învăța cum să-ți gestionezi viața astfel încât acțiunile tale să fie cât mai eficiente.



► **Anul de 12 săptămâni. Obține în 12 săptămâni mai multe rezultate decât obțin alții în 12 luni**

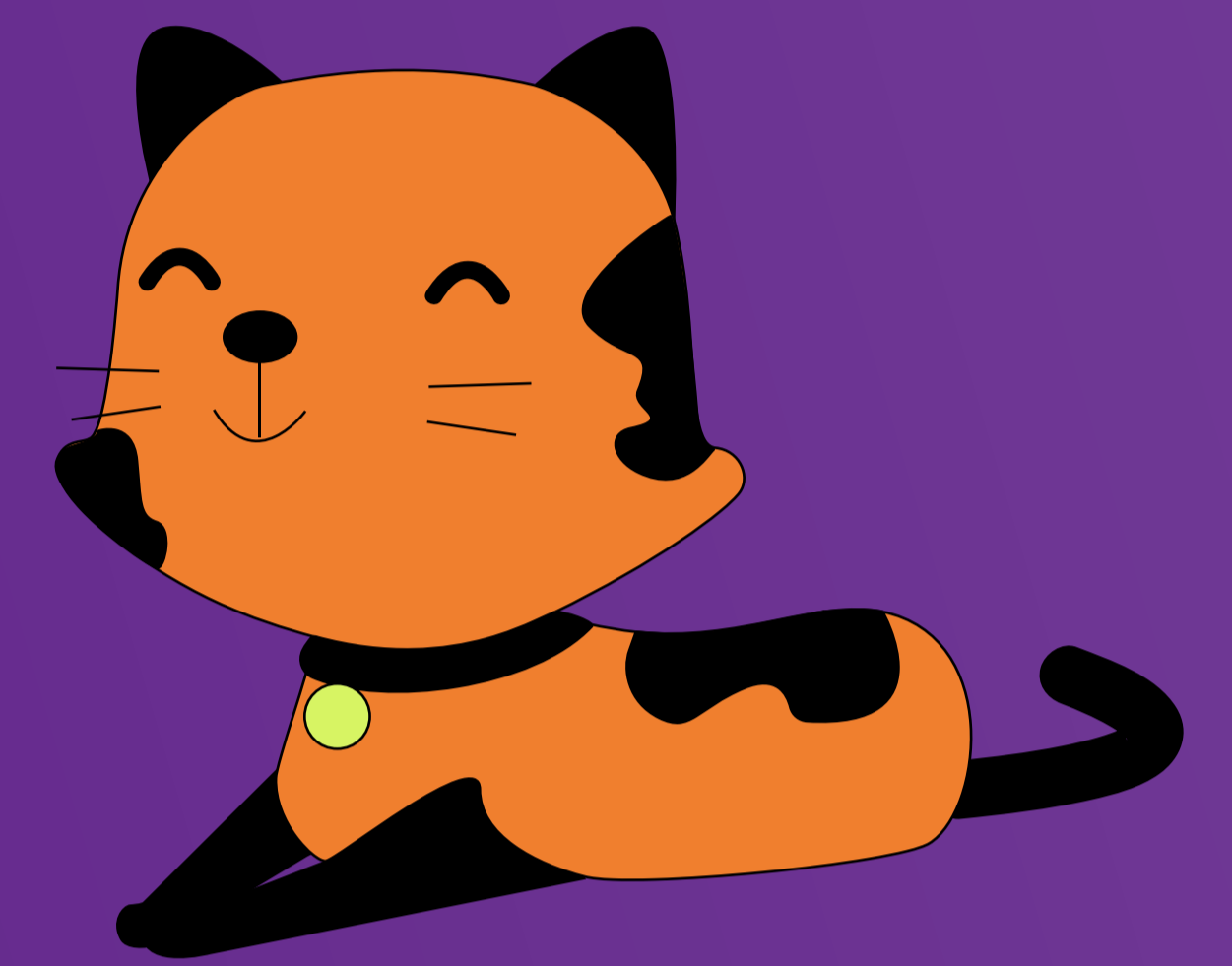
Brian Moran, Michael Lannington

Această carte explică un sistem dovedit care te poate ajuta să-ți îmbunătățești rezultatele de câteva ori mai mult decât performanța actuală într-un timp scurt. Vei putea să te eliberezi de stres, să câștigi motivație și să-ți deblochezi potențialul.

► **Ce te-a adus aici nu te va duce mai departe**

Marshall Goldsmith

Această carte se adresează celor care au reușit deja în viața lor, dar au pierdut între timp impulsul care era forța ce-i împingea să meargă mai departe și să-și atingă obiectivele. Autorul oferă recomandări care te vor ajuta să construiești relații bune cu ceilalți și să realizezi mai mult decât ți-ai propus vreodată.



► **Stick with It: A Scientifically Proven Process for Changing Your Life-for Good**

Sean Young

Cartea se adresează celor care vor să scape definitiv de obiceiurile proaste și să le înlocuiască cu altele noi, durabile și sănătoase. Sfaturile autorului se bazează pe date științifice. Cartea va aborda problema rezistenței creierului la un nou model comportamental și cum să o contracarezi.

► **Finiș. Șlefuieste-ți talentul de a duce lucrurile până la capăt**

Jon Acuff

Această carte te va învăța cum să termini ceea ce începi, în ciuda numeroaselor distrageri. Din experiențele oamenilor care nu au reușit să-și termine munca, au fost dezvoltate tehnici eficiente, care te vor ajuta să crezi în tine însuși și să simți un val de inspirație.

► **52 de schimbări uluitoare pentru a deveni mai fericit și mai sănătos**

Brett Blumenthal

Dacă nu ești pregătit să-ți schimbi viața în mod dramatic și rapid, dar îți dorești acest lucru, atunci această carte este pentru tine. Este un ghid practic pentru oricine dorește să devină cea mai bună versiune a sa. Vei introduce treptat, pe parcursul anului, noi obiceiuri care îți vor îmbunătăți viața.

► **Atomic Habits. O cale ușoară și eficientă de a-ți forma obiceiuri bune și a scăpa de cele proaste**

James Clear

Dacă ai nevoie de un ghid pas cu pas pentru a dezvolta obiceiuri bune în orice domeniu al vieții, această carte este pentru tine. La fel de important este faptul că vei afla secretul rezultatelor de durată. Cartea se referă la modul în care obiceiurile mici contribuie la schimbări mari.