

«Поднимись на гору достижений»

*«Вы никогда не сумеете решить возникшую проблему,
если сохраните то же мышление и тот же подход,
который привел вас к этой проблеме».*

Альберт Эйнштейн

Центральная городская библиотека предлагает вам обзор новых книг по личностному росту и самореализации! Вы получите опыт людей, которые уже научились решать проблемы, налаживать отношения, сформулировали свой жизненный путь с уклоном на счастье и успех. Именно поэтому книги по самосовершенствованию могут изменить вашу жизнь.

Начнем с осознания себя «здесь и сейчас». Мы увидим границы, которые нас сдерживают. Именно об этом пишет **Алекс Новак** – практикующий психолог и писатель. Он делится со своими читателями собственной теорией, следуя которой можно достичь значительного успеха в жизни. В своих книгах он поднимает вопрос качественного проживания человеком отведенных ему судьбой лет и необходимости самореализации. Новая трилогия книг отвечает на разные вопросы, которые мы задаем себе, стремясь стать успешным.



После установки причинно-следственных связей можно приобрести полезные привычки, о которых нам поведаст практикующий психотерапевт, клинический социальный работник **Эми Морин** в своей книге «**13 привычек сильных духом людей**» (Москва, 2019). Автор предлагает эффективные способы, которые помогут перебороть страхи и поднять силу духа.



И напоследок «**Практический курс счастья**» (Минск, 2019) от коучера и филантропа **Джона Кехо**. В своей новой книге автор приглашает читателей в путешествие по миру, чтобы сформулировать принципы счастья. В 10 небольших философских эссе автор приводит различные приемы и ментальные установки, делающие нас счастливее.

Книги по саморазвитию ждут вас в Центральной городской библиотеке!

Ольга Шитикова,
библиотекарь