

Дорогие друзья!!!

Предлагаем Вам список книг, которые помогут развить навыки, необходимые для успеха: уверенность в себе, умение ставить цели, управлять временем, выстраивать отношения с окружающими и принимать ответственные решения.

Эти книги охватывают разные аспекты взросления и саморазвития.

Книги по саморазвитию и уверенности в себе

Томас Армстронг «Ты можешь больше, чем ты думаешь». Книга помогает подросткам принять себя, понять свои сильные стороны и научиться верить в свои возможности, опираясь на теорию множественного интеллекта.

Дэн Вальдшмидт «БУДЬ лучшей версией себя». Автор исследовал истории тысяч людей, добившихся выдающихся результатов. Книга показывает, из чего складывается настоящий успех, и вдохновляет на самосовершенствование.

Книги о целях, тайм-менеджменте и продуктивности

Шон Кови «7 навыков высокоэффективных тинейджеров».

Адаптированная для подростков версия методики Стивена Кови. Книга учит расставлять приоритеты, эффективно работать и избегать выгорания.

- **Дэвид Аллен «Как привести дела в порядок — в школе и не только».** Методика **GTD (Getting Things Done)** помогает подросткам «разгружать» мозг, справляться с нагрузкой и снижать уровень стресса.
- **Скотт Янг «Суперстудент».** Книга учит техникам скорочтения, конспектирования, работы с информацией и подготовки к экзаменам.

Книги о коммуникации, отношениях и эмоциональном интеллекте

- **Дейл Карнеги «Как заводить друзей и оказывать влияние на людей».** Классика, которая учит, как выстраивать отношения и влиять на окружающих.
- **Джон Кехо «Подсознание может всё».** Книга помогает понять, как мысли и убеждения влияют на жизнь, и даёт инструменты для саморазвития.
- **Келли Макгонигал «Сила воли. Как развить и укрепить».** Автор объясняет, как работает сила воли, и даёт практические советы, как её тренировать.

Книги о финансовой грамотности

- **Бодо Шефер «Пёс по имени Мани».** Сказка, которая в увлекательной форме объясняет основы финансовой грамотности: как копить, планировать бюджет и разумно тратить деньги.
- **Роберт Кийосаки «Богатый папа, бедный папа для подростков».** Книга помогает подросткам понять, как работают деньги, и научиться принимать ответственные финансовые решения.

Художественные книги с мотивационным посылом

- **«Правило 69 для толстой чайки», Дарья Варденбург.** История о подростке, который, несмотря на стеснительность и проблемы в семье, упорно идёт к своей мечте о кругосветном путешествии на яхте.
- **«Пик», Роланд Смит.** Четырнадцатилетний герой отправляется на Эверест, сталкиваясь с болезнями, непогодой и страхом.

Книга учит преодолевать трудности и лучше понимать себя.
- **«Первая работа», Юлия Кузнецова.** История о девушке Маше, которая из-за финансовых трудностей семьи вынуждена искать нестандартный путь к своей мечте — стать репетитором.

Биографии и вдохновляющие истории

Мария Исабель Санчес Вегара «Маленькие люди, большие мечты».

Серия коротких биографий выдающихся людей (Коко Шанель, Стивен Хокинг, Фрида Кало), которые показывают, что великие достижения начинаются с детской мечты.

Бен Брукс «Истории для мальчиков, которые мечтают изменить мир».

Сборник о **100** мужчинах, добившихся успеха в науке, искусстве и спорте благодаря упорству.

На что обратить внимание при выборе

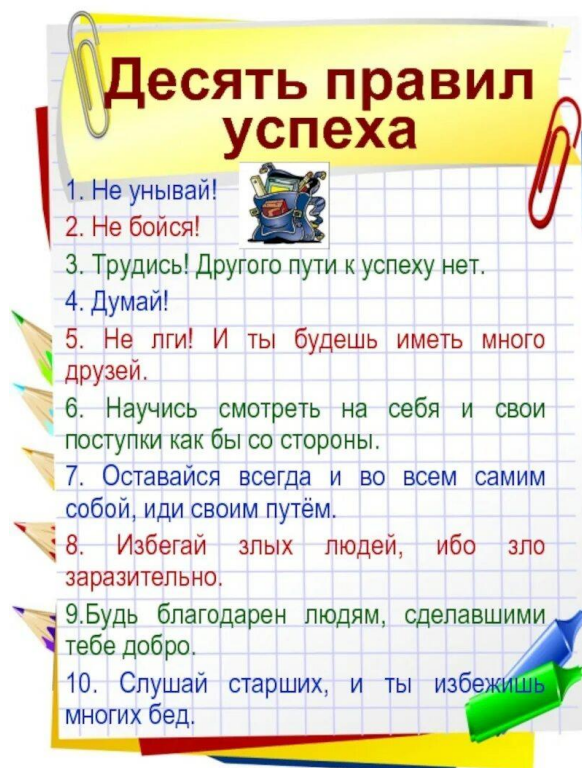
Возраст. Убедитесь, что книга подходит по возрасту: некоторые издания могут быть сложны для младших подростков, а другие — для старшеклассников.

Стиль изложения. Выбирайте книги, написанные простым и понятным языком, с живыми примерами.

Цель. Если подростку нужно разобраться в себе и повысить самооценку — подойдут книги Армстронга или Вальдшмидта.

- Если же цель — научиться планировать время и ставить цели, обратите внимание на Кови или Аллена.

Советуем начать с одной книги, которая больше всего откликается по теме, и, возможно, обсудить её с родителями или наставником — это поможет глубже понять прочитанное.



Отв. О.В. Пушкарёва, комп. верстка О.В. Пушкарёва, МБУК Горнозаводская центральная городская библиотека, 2026 г.

МБУК «Горнозаводская центральная городская библиотека»

«Умей добиться успеха»



г. Горнозаводск, 2026 г.