

ASERTYWNOŚĆ NA CO DZIEŃ Czyli jak żyć w zgodzie ze sobą i innym



Cena: 25,50 PLN

Opis słownikowy

Autor	Agnieszka Wróbel, wydawca Edgard
ISBN	978-83-7788-017-3
Wysyłamy	Wysyłamy w ciągu 4-5 dni roboczych

Tabela cech produktu

Okładka	Miękka
Liczba stron	200
Format	15.0x21.0cm

Opis produktu

Poradnik pomoże ci w nauce rozpoznawania oraz wyrażania swoich emocji, myśli i przekonań. Dowiesz się, jak wypracować asertywną postawę w kontakcie z klientem lub w relacji ze zwierzchnikiem. Jeśli jesteś rodzicem, zrozumiesz, jak wychować dziecko, aby miało poczucie własnej wartości. Poznasz sposoby na radzenie sobie z lękiem przed odrzuceniem czy odmową. Lektura poradnika pomoże ci w naturalny sposób reagować asertywnie i doceniać tę postawę u innych.