

INTELIGENCJA EMOCJONALNA Jak panować nad uczuciami



Cena: 28,00 PLN

Opis słownikowy

Autor	Justyna Tomczyk
ISBN	978-83-7788-417-1
Rok wydania	2014
Wydawca	Edgard
Wysyłamy	Wysyłamy w 24h (w następny dzień roboczy)

Tabela cech produktu

Okładka	Miękka
Liczba stron	248
Format	14.5x21.0cm

Opis produktu

Dzięki temu poradnikowi dowiesz się, jako kontrolować dobre i złe emocje, określisz swój potencjał emocjonalny i nauczysz się stosować go w budowaniu relacji z partnerem, współpracownikami czy w kontaktach z dzieckiem. Liczne ciekawostki i przykłady z życia pokażą ci, jak praktycznie wykorzystać i rozwinąć swoją inteligencję emocjonalną.

Dlaczego książka trafia w SAMO SEDNO?

- wyjaśnia, czym jest inteligencja emocjonalna
- pozwala za pomocą testu zdiagnozować swój poziom inteligencji emocjonalnej
- umożliwia rozpoznanie i rozwój kompetencji emocjonalnych
- wskazuje sposoby na budowanie satysfakcjonujących relacji z innymi
- uczy, jak zarządzać emocjami i radzić sobie z nimi