

Po co ten stres!? - Jedność

Dagmar Geisler

Po co ten stres!? - Jedność
ten stres!? - Jedność

Kategorie:

Książki > Dla dzieci > Bajki i opowiadania

28,90 zł

numer katalogowy: DK/1584
ISBN: 9788381446747
liczba stron: 44
format: 213 x 270 mm
oprawa: twarda
rok wydania: 2023

Czym właściwie jest stres? Po czym poznajemy, że jesteśmy zestresowani? Czy to może być też dobre uczucie? I co możemy zrobić, żeby stres nam nie szkodził? Karol, Hania i Jurek, bohaterowie tego intrygującego opowiadania, odważnie depczą po piętach stresowi, by się tego dowiedzieć... I odkrywają kilka świetnych sposobów, jak sobie z nim poradzić.

Książka ta ze szczyptą humoru wyjaśnia, czym jest stres i jak bardzo różnie może się przejawiać, a także pokazuje łatwe do zastosowania triki, które na co dzień pomagają zapobiegać szkodliwemu stresowi. Ponadto jest ona doskonałym punktem wyjścia do otwartych rozmów o wewnętrznym napięciu, a jednocześnie świetnym praktycznym poradnikiem dla dzieci i dorosłych.

Tytuły z serii:

Ale ja cię nie znam! Jak odmawiać obcym
Co jeśli się zgubię? Jak zachować się w tłumie
Daj mi spokój! Jak nie dać sobie dokuczać
Jeszcze trochę... Jak znaleźć umiar
Jestem wściekły! Jak pokonać złość
Przestańcie się kłócić! Jak przywrócić zgodę
Fajnie mieć rodzeństwo! Jak docenić siostrę i brata
Od złości do radości. Jak rozpoznawać i okazywać uczucia