Sztuka mówienia nie - bestseller

Sztuka mówienia nie - bestseller

Kategorie:
Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Relacje

39,99 zł

numer katalogowy: PR/0196

Nikt nie lubi, by mu odmawiano. Nie jest bowiem łatwo zaakceptować odmowę pomocy, o którą prosimy, odmowę bliskości, odmowę przebaczenia. A jednak u podstaw każdej zdrowej relacji leży wolność odmowy lub sprzeciwu. Na odpowiedzialnym NIE zasadzają się nie tylko zdrowe relacje, lecz również dojrzałe charaktery.
Aby uchronić własne życie, musimy umieć mówić NIE. Wiele osób o wyrobionym poczuciu odpowiedzialności, pracując z ludźmi nieodpowiedzialnymi, ponosi konsekwencje niefrasobliwości swoich współpracowników. Nieustannie zastępują leniuchów i wybawiają ich z opresji, przez co w rezultacie same nie czerpią żadnej radości z tych relacji, a nawet korzyści z pracy. Pamiętajmy: żadna broń w arsenale manipulatora nie jest tak skuteczna, jak reakcje wywołujące poczucie winy.
Sztuka mówienia NIE pomoże rozpoznać techniki manipulacji i nauczy jak sobie radzić z osobami, które próbują innych oszukiwać i wykorzystywać. Pomoże nie tylko przejść własny program wytyczania osobistych granic wolności i niezależności, lecz nauczy również jak egzekwować od innych ludzi poszanowanie tych granic. Będziecie zdumieni, jak bardzo może się odmienić wasze życie, jak dużo prawdziwej radości możecie z niego czerpać i jakie pokłady satysfakcji można odnaleźć w życiu osobistym i zawodowym.