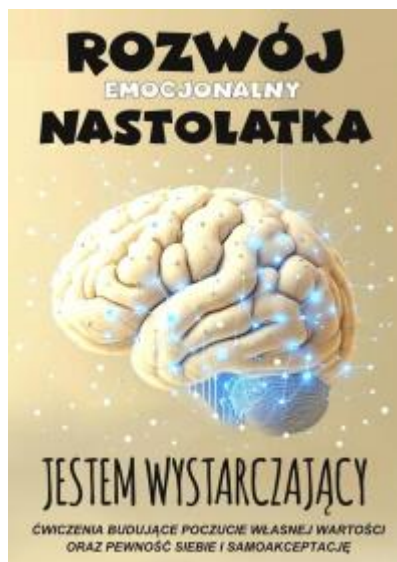




<https://lovebooks.com.pl>
888132567
pwh.lovebooks@o2.pl



Jestem wystarczający. Rozwój emocjonalny nastolatka

Kod EAN: 9788368537130

Czas wysyłki: 2 dni robocze

Cena

14,90 PLN

Opis produktu

Wiek nastoletni jest kluczowym momentem w rozwoju emocjonalnym, to wtedy najtrudniej młody człowiek radzi sobie z emocjami, przebudowuje także swoją samoocenę i postrzeganie siebie w aspektach słabych i mocnych stron. Również w tym czasie relacje rodzinne, opiekuńcze a także rówieśnicze poddają się burzy nie tylko emocjonalnej i ulegają ciągłej zmianie. Nastolatek uczy się funkcjonowania w społeczeństwie, buduje relacje i doświadcza nowych nieznanych wcześniej przeżyć. Bardzo ważne jest zrozumienie, jak ważny jest ten okres w rozwoju człowieka i jak bardzo potrzebuje on właściwego wsparcia. Budowanie samego siebie we właściwej samoocenie i samoakceptacji, odpowiednie podejście do relacji rówieśniczych i rodzinnych - to ogromne wyzwania dla nastolatka.

Książka, którą masz przed sobą pomoże Ci w samoocenie i samoakceptacji, nauczy prawidłowego podejścia do siebie i otoczenia, pomoże pokonać nieśmiałość oraz zniweluje lęki w relacjach międzyludzkich. Dzięki tej książce staniesz się bardziej uważny na siebie i swoje potrzeby, poznasz siebie bardziej, nauczysz się akceptować emocje oraz sytuacje, które je wzmacniają lub osłabiają. Dzięki tej książce możesz zaakceptować siebie, zyskasz pewność i dostrzeżesz swoją wielką wartość. Zatrósz się o siebie - najwspanialszą osobę jaką znasz!

Jesteś wystarczający!

Jesteś ważny!

Jesteś OK!

Format B5, oprawa miękka, stron 20

LOVE BOOKS

