

## **Come essere assertivi in ogni situazione PDF**

**Sue Hadfield**



*Questo è solo un estratto dal libro di Come essere assertivi in ogni situazione. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



Autore: Sue Hadfield  
ISBN-10: 9788820413231  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 3084 KB

## **DESCRIZIONE**

Prendi il controllo della tua vita, non lasciarla in mano agli altri! Questo libro ti farà capire che pochi piccoli cambiamenti possono condurre ad altri ben più grandi: alla felicità e al successo. Ti ritrovi a dire "sì" quando vorresti rispondere "no"? Faresti qualunque cosa per evitare conflitti e discussioni? Ti pesa prendere delle decisioni? E ti penti non appena le hai prese? Forse non sei abbastanza assertivo. Esprimere i tuoi bisogni apertamente e con calma; porre dei limiti alle richieste degli altri, gestire con fermezza le aspettative e le critiche; prendere decisioni chiare mantenendo un atteggiamento equilibrato: questo significa essere assertivi e con questo libro imparerai come diventarlo. Scoprirai una serie di strategie e tecniche comunicative per superare le insicurezze e l'imbarazzo in tutte le situazioni: sul lavoro, per interagire con un capo esigente, convincere clienti difficili, lavorare efficacemente in team. A un colloquio per far emergere il tuo valore e le tue competenze. In famiglia o con gli amici per non farti mettere i piedi in testa. Questo libro ti darà le basi per ottenere il massimo e vivere una vita più piena.

**COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

Come essere assertivi in ogni situazione di Gill Hasson, Sue Hadfield Casa editrice: Franco Angeli  
Approfitta di questo volume sul tuo ebook e nel file che preferisci ...

Essere assertivo cade esattamente a ... Un esempio può essere una situazione di lavoro in cui non ...  
Prolunga lentamente ogni ispirazione facendo scendere ...

Come essere consapevoli di trasmettere dei messaggi in ogni situazione relazionale. ... Quali sono i  
principi cui ispirarsi per diventare assertivi.

## **COME ESSERE ASSERTIVI IN OGNI SITUAZIONE**

[Leggi di più ...](#)