

Librería
Bonilla y Asociados
desde 1950



Título: Crisis Emocionales. La Inteligencia Emocional Aplicada a Situaciones Limite

Autor: Conangla, Merce

Precio: \$440.00

Editorial:

Año: 2002

Tema:

Edición: 1ª

Sinopsis

ISBN: 9788497351669

Todos, sin excepción, hemos tenido y/o tendremos conflictos, pérdidas, enfermedades y muerte. Todos, en algún momento, acompañamos en este camino difícil a otra persona que las padece. Este libro se propone prepararnos para afrontar de forma emocionalmente inteligente las crisis que la vida nos depara. Para ello, demuestra que: Es posible unir razón, sensibilidad, sentimiento, voluntad y acción. Es posible incrementar nuestra inteligencia emocional a cualquier edad Es importante aprender a tomar conciencia de nuestros sentimientos y emociones y también a expresarlos con precisión y de forma no agresiva. Existe la posibilidad de construir relaciones creativas y de calidad en situaciones vitales muy duras Las propuestas de este libro se basan en el entrenamiento de las competencias emocionales y en el aprendizaje de la relación de ayuda.