خودی نشان بدهید

اشتراک در شبکه‌های اجتماعی:
آدرس صفحه: https://mav



[1]

دسته بندی:
مهارت ها [2]
نوع محصول:
کتاب
قیمت محصول:
100000 تومان
قیمت محصول با تخفیف:
80000 تومان
خرید محصول [3]
توضیح محصول:

ابراز وجود یعنی با احترام و توجه به خواستهٔ دیگران، بتوانید با جرأت از حق خود و خواسته‌تان دفاع کنید و نگذارید حقتان ضایع شود یا با اکراه به کاری مجبور شوید.

افرادی که در این زمینه مشکل دارند، نمی‌توانند از حق خود و خواسته‌هایشان به‌گونه‌ای مناسب دفاع کنند یا احساسات خود را

به زبان آورند. آنان پیوسته از وضع موجود ناراحت‌اند و خود را سرزنش می‌کنند. راه‌حل این کار، سرزنش کردن خویش نیست، بلکه باید روش‌هایی را بیاموزیم تا برای همیشه بر این‌گونه مشکلات چیره شویم.

نشانی منبع:https://mava.iki.ac.ir/node/519

پیوندها
https://mava.iki.ac.ir/files/khodi%20neshan%20bedahid%20.jpg [2] [1]
https://mava.iki.ac.ir/product-group/%D9%85%D9%87%D8%A7%D8%B1%D8%AA-%D9%87%D8%A7
[3] https://eshop.iki.ac.ir/shop/10/Product/2960

.□□□ □□□ □□□ □ □□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□