



Jak řešit konflikty a problémy v partnerských vztazích

Máte pocit, že neustále narážíte doma na konflikty? Nevíte jak řešit některé vyhraněné situace? Jak si poradit s problémy? Právě pro vás je určena kniha Eriky Matějkové. Naučí vás jednat s vašimi nejbližšími tak, abyste si nekonfliktně uměli říct o to, co pro sebe potřebujete, a zároveň mile dokázali druhého ocenit tak, aby to bylo i pro něho srozumitelné. Pomůže vám porozumět skrytým významům konfliktů či tomu, co vám partner svým pro vás rozčilujícím chováním chtěl sdělit. Tím vším budete mnohem blíže tomu, abyste nevnímali požadavky vašeho partnera jako útok proti sobě, ale jako prosbu o změnu ve společném soužití. Kniha vás naučí jasněji vnímat, kdy už jsou nároky partnera neoprávněné a je na místě hájit si svou autonomii, abyste stálým vycházením vstříc svému partnerovi nepotlačovali svou osobnost.