



Г. Штавеманн. Находчивость против упрямства. Самоэффективность в решении проблем / Пер. с нем. – Х.: Изд-во «Гуманитарный центр» / А. В. Коченгин, 2015. – 272 с.

ISBN 978-3-621-28031-0 (нем.)

ISBN 978-617-7022-40-3

Вы постоянно выдвигаете требования другим людям и злитесь, когда они их не выполняют? Избегаете всего неприятного и откладываете его на потом? Не можете принять решение, потому что боитесь, что сделаете не самый лучший выбор? Такие способы поведения осложняют людям и профессиональную, и личную жизнь, и не дают построить нормальные отношения. Эта книга поможет Вам побороть свое упрямство, проявить находчивость и избавиться от таких неудачных способов поведения и действия.

Книга написана простым, бытовым языком, и предназначена в первую, очередь для тех, кто страдает от одной или нескольких из перечисленных проблем. Она также будет полезна людям, которые стремятся к самоэффективности, саморазвитию и личностному росту. Книга также будет интересна студентам, изучающим социальные науки.

Do you constantly put forward the demands to other people and get angry when they don't fulfill them? Do you avoid unpleasant things and postpone them for later? You can't make a decision because you are afraid of making not the best choice? Such ways of behavior complicate people's professional and personal life and do not allow them to build normal relationships. This book will help you to overcome your obstinacy and get rid of such ineffective ways of behavior and action.

The book is written in a simple everyday language and is intended first of all for those who suffer from one or several of the above mentioned problems. It will be also useful for people who seek self-efficacy, self-development and personal growth. The book will be also interesting for students who study social sciences.