

Autorzy
Elżbieta Zubrzycka
Przygotowała
Anna Piechowiak

Publikacja skierowana do młodzieży i dorosłych, wyjaśniająca mechanizmy powstawania złości oraz sposoby radzenia sobie z nią. Zawiera liczne przykłady, ćwiczenia i ilustracje, które pomagają w lepszym zrozumieniu tej emocji.

[Szukaj w katalogu](#)