

Spis treści

1. Co to jest zachowanie asertywne?	7
2. Style zachowania	31
3. W kierunku zachowania asertywnego	59
4. Zachowania asertywne w trudnych sytuacjach	99
5. Wobec nieasertywności – jak radzić sobie z trudnymi ludźmi	163
Słowo końcowe	185
Zalecana dalsza lektura	147