

libros

# Enséñale a decir no

**Olga Castañer**

Espasa. Madrid, 2009. Precio:16,90 euros

Con este libro los padres aprenderán a ayudar a sus hijos a desarrollar una autoestima alta y a convertirse en adultos asertivos, esto es, en personas capaces de afirmarse ante los demás, haciéndose respetar y respetando al mismo tiempo. Psicóloga experta en temas de asertividad y autoestima, Olga Castanyer analiza diferentes casos reales desde la óptica del niño y de los padres, y propone ejercicios de reflexión para éstos.