

(Download ebook) Se libeacuter de ses peurs, est-ce possible ? : Trucs et actuces pour ne plus craindre les obstacles (Coaching pro t. 61) (French Edition)

Se libeacuter de ses peurs, est-ce possible ? : Trucs et actuces pour ne plus craindre les obstacles (Coaching pro t. 61) (French Edition)

Coralie Closon, 50 minutes

*Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

2016-02-29 2016-02-29 File Name: B01CET1YVS | File size: 26.Mb

Coralie Closon, 50 minutes : Se libeacuter de ses peurs, est-ce possible ? : Trucs et actuces pour ne plus craindre les obstacles (Coaching pro t. 61) (French Edition) before purchasing it in order to gage whether or not it

would be worth my time, and all praised Se libeacute;rer de ses peurs, est-ce possible ? : Trucs et actuces pour ne plus craindre les obstacles (Coaching pro t. 61) (French Edition):

Un guide pratique et accessible pour comprendre et deacute;passer son anxieacute;teacute;La peur est un sentiment normal, humain. Et pourtant, ce sentiment peut ecirc;tre extrecirc;mement handicapant srsquo;il prend le pas sur notre vie et nous empecirc;che de la mener comme nous lrsquo;entendons. En contexte professionnel, il nrsquo;est pas rare de se voir paralyseacute; dans son travail par hantise de parler en public, par crainte de mal faire ou encore par peur de perdre son emploi. Alors, peut-on concregrave;tement se libeacute;rer de ses angoisses pour ecirc;tre plus efficace et se sentir mieux au travail ?Ce livre vous aidera agrave; :bull; nbsp;Deacute;couvrir quels sont vos "drivers"bull; nbsp;Identifier vos appreacute;hensionsnbsp;bull; nbsp;Vous poser les bonnes questionsbull; nbsp;Deacute;passer vos craintes petit agrave; petit agrave; l'aide d'exercices pratiquesbull; nbsp;Et bien plus encore !Le mot de l'acute;diteur :laquo; Avec lrsquo;auteure, Coralie Closon, nous avons chercheacute; agrave; preacute;senter aux lecteurs un livret pratique pour surmonter ces appreacute;hensions du quotidien qui, si elles ne sont pas maicirc;triseacute;es, nous empecirc;chent d'ecirc;tre nous-mecirc;mes et nous paralysent. La fiche propose, apregrave;s une partie plus theacute;orique, des conseils, des reacute;ponses aux questions les plus freacute;quentes et quatre exercices simples pour apprendre agrave; mieux se connaicirc;tre et agrave; aller de l'avant. raquo; Laure DelacroixAgrave; PROPOS DE LA SEacute;RIE 50MINUTES | Coaching proLa seacute;rie laquo; Coaching pro raquo; de la collection laquo; 50MINUTES raquo; srsquo;adresse agrave; tous ceux qui, en peacute;riode de transition ou non, deacute;sirent acqueacute;rir de nouvelles compeacute;tences, reacute;agir face agrave; une situation qui les incommode, ou tout simplement reacute;eacute;valuer leur eacute;quilibre de travail. Dans un style simple et dynamique, nos auteurs combinent de la theacute;orie, des pistes de reacute;flexion, des exemples concrets et des exercices pratiques pour permettre agrave; chacun drsquo;avancer sur le chemin de lrsquo;eacute;panouissement professionnel.