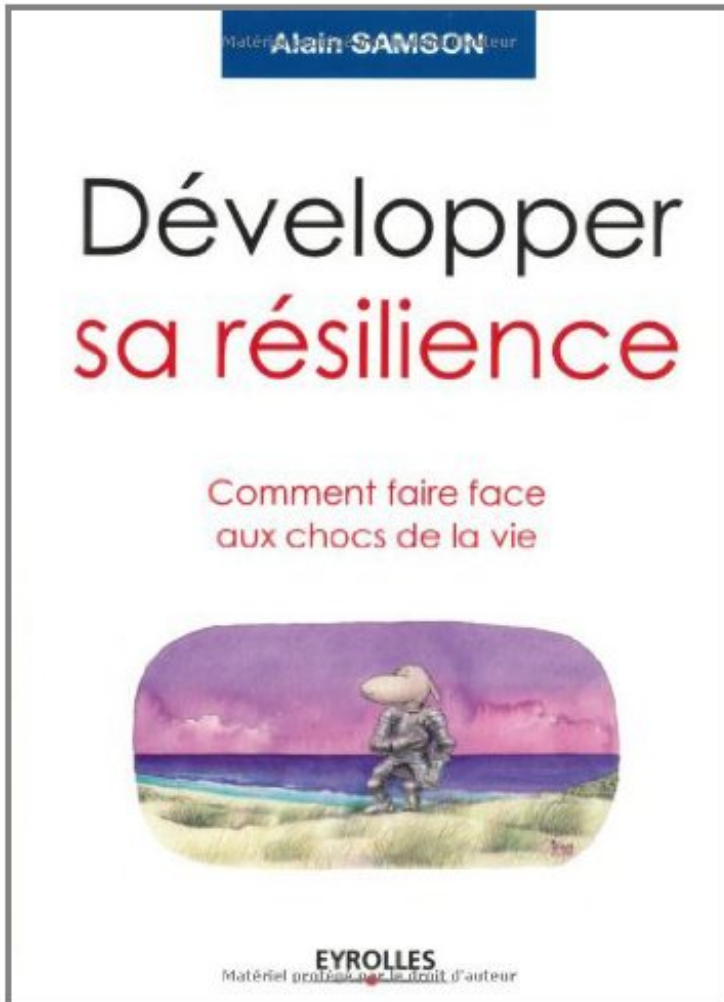


Dvelopper sa rsilience : Comment faire face aux chocs de la vie



Par Alain Samson
*Download PDF | ePub | DOC |
audiobook | ebooks

Dtails sur le produit Rang parmi les ventes : #151410 dans eBooksPubli le: 2008-06-26Sorti le: 2008-06-26Format: Ebook Kindle

[E-BOOK] Dvelopper sa rsilience : Comment faire face aux chocs de la vie

Par Alain Samson : Dvelopper sa rsilience : Comment faire face aux chocs de la vie before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Dvelopper sa rsilience : Comment faire face aux chocs de la vie:

 Download

 Read Online

Description :

Présentation de l'auteur Certaines personnes semblent mieux armées que d'autres face aux preuves de la vie. Après un drame ou une crise majeure, elles ont cette aptitude de se relever et de se tourner résolument vers l'avenir... Qui sont ces oiseaux rares ? Et surtout, comment faire comme eux ? Ce livre nous présente les dix clés de la résilience, cette capacité qu'ont les humains, comme certains animaux, de résister aux chocs. Il ne s'agit pas de génétique, ou d'intelligence, mais plutôt d'une certaine philosophie de la vie qui consiste d'abord de refuser de se voir comme une victime. Au programme : comment prendre le contrôle de son monde intérieur, ne plus se rendre responsable de tout ce qui arrive, identifier et calmer ses craintes injustifiées, apprendre pardonner... Présentation de l'auteur Certaines personnes semblent mieux armées que d'autres face aux preuves de la vie. Après un drame ou une crise majeure, elles ont cette aptitude de se relever et de se tourner résolument vers

l'avenir... Qui sont ces oiseaux rares ? Et surtout, comment faire comme eux ? Ce livre nous présente les dix clés de la résilience, cette capacité qu'ont les humains, comme certains animaux, de résister aux chocs. Il ne s'agit pas de génétique, ou d'intelligence, mais plutôt d'une certaine philosophie de la vie qui consiste d'abord de refuser de se voir comme une victime. Au programme : comment prendre le contrôle de son monde intérieur, ne plus se rendre responsable de tout ce qui arrive, identifier et calmer ses craintes injustifiées, apprendre à pardonner... Biographie de l'auteur Alain Samson est canadien. Auteur et conférencier, diplômé du Authentic Happiness Coaching Program, il s'intéresse depuis plus de quinze ans au développement personnel des individus. Il a publié plus d'une cinquantaine d'ouvrages.