

[Free and download] File size: 37.Mb

Savoir et oser dire non: Pour bien s'affirmer en couple, en famille, entre amis... et retrouver une juste place dans les relations harmonieuses



Par Sarah Famery
ePub | *DOC | audiobook | ebooks |
Download PDF

Dtails sur le produit Rang parmi les ventes :
#87410 dans eBooksPubli le: 2014-01-23
Sorti le: 2014-01-23Format: Ebook
Kindle

[Free and download] Savoir et oser dire non: Pour bien s'affirmer en couple, en famille, entre amis... et retrouver une juste place dans les relations harmonieuses

Par Sarah Famery : Savoir et oser dire non: Pour bien s'affirmer en couple, en famille, entre amis... et retrouver une juste place dans les relations harmonieuses before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Savoir et oser dire non: Pour bien s'affirmer en couple, en famille, entre amis... et retrouver une juste place dans les relations harmonieuses:

 Download

 Read Online

Description :

Présentation de l'auteur
En famille, en couple, au travail, avec les amis... nous ne savons pas toujours dire Non. Quelles sont nos difficultés à dire Non? Pourquoi avons-nous du mal à dire Non? Comment savoir et oser dire Non? Pour se libérer du blocage courant qu'est la peur de s'affirmer, voici un guide clair et direct, nourri de tests, de cas concrets et d'applications pratiques. Un outil de base pour se respecter et vivre des relations harmonieuses.
Théorie
Exemples
Exercices
Présentation de l'auteur
En famille, en couple, au travail, avec les amis... nous ne savons pas toujours dire Non. Quelles sont nos difficultés à dire Non? Pourquoi avons-nous du

mal dire Non? Comment savoir et oser dire Non? Pour se librer du blocage courant qu'est la peur de s'affirmer, voici un guide clair et direct, nourri de tests, de cas concrets et d'applications pratiques. Un outil de base pour se respecter et vivre des relations harmonieuses. Theorie Exemples Exercices Biographie de l'auteur Sarah Famery est coach et psychothrapeute. Elle est dj l'auteur de plusieurs ouvrages succs auxditions Eyrolles, en particulier dans la mme collection : Avoir confiance en soi, Se librer de ses blocages, L'empathie.