

[Download] File size: 61.Mb

Agir pour ne plus subir: Délogez la victime qui sommeille en vous

Christophe CARRÉ

Agir pour ne plus subir

Délogez la victime
qui sommeille en vous



EYROLLES

Collection **Communication consciente**

Download

Read Online

Par Christophe Carr

*DOC / *audiobook / ebooks / Download
PDF / ePub*

Dtails sur le produit Rang parmi les ventes : #7799 dans eBooksPubli le: 2014-02-18Sorti le: 2014-02-18Format: Ebook Kindle

[Download] Agir pour ne plus subir: Délogez la victime qui sommeille en vous

Par Christophe Carr : Agir pour ne plus subir: Délogez la victime qui sommeille en vous before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Agir pour ne plus subir: Délogez la victime qui sommeille en vous:

Description :

Prsentation de l'diteurReprendre sa vie en mainPourquoi moi? Qu'ai-je fait pour mriter a? C'est trop injuste... Au cours de son existence, chacun d'entre nous se retrouve inévitablement et maintes reprises en position de victime: victime de harcèlement professionnel, d'un conjoint indlicat, violent ou pervers, d'un mauvais coup du sort...Face ces traumatismes, certains russiront trouver les ressources ncessaires pour agir et avancer quoi qu'il arrive tandis que d'autres prouveront un profond sentiment d'injustice. Dans ce dernier cas, nous choisissons de consacrer notre vie nous protger, submergs par la colre, paralyss par la peur ou la honte. Ainsi, il est probable que notre perception des vnements soit altre par des interprations, des motions et des croyances qui nous empchent de passer l'action. Car c'est un fait indiscutable: aprs un traumatisme et au fil du temps, plus on subit, moins on agit!Cet ouvrage a pour objectif d'accompagner tous ceux qui se sentent domins et impuissants face aux difficults de la vie. Il permet de prendre conscience de nos croyances

limitantes et nous propose un ensemble de ressources et de solutions pour vivre pleinement notre vie. Présentation de l'auteur Reprendre sa vie en main Pourquoi moi? Qu'ai-je fait pour mériter ça? C'est trop injuste... Au cours de son existence, chacun d'entre nous se retrouve inévitablement et maintes reprises en position de victime: victime de harcèlement professionnel, d'un conjoint indigne, violent ou pervers, d'un mauvais coup du sort... Face à ces traumatismes, certains réussiront à trouver les ressources nécessaires pour agir et avancer quoi qu'il arrive tandis que d'autres prouveront un profond sentiment d'injustice. Dans ce dernier cas, nous choisissons de consacrer notre vie à nous protéger, submergés par la colère, paralysés par la peur ou la honte. Ainsi, il est probable que notre perception des événements soit altérée par des interprétations, des émotions et des croyances qui nous empêchent de passer à l'action. Car c'est un fait indiscutable: après un traumatisme et au fil du temps, plus on subit, moins on agit! Cet ouvrage a pour objectif d'accompagner tous ceux qui se sentent dominés et impuissants face aux difficultés de la vie. Il permet de prendre conscience de nos croyances

limitantes et nous propose un ensemble de ressources et de solutions pour vivre pleinement notre vie. Biographie de l'auteur Christophe Carr est médiateur professionnel et consultant. Il intervient sur des missions d'amélioration du climat relationnel, de coaching, de mobilisation d'équipe et de formation. Il est spécialiste du thème de la manipulation et directeur de la collection "Communication consciente" chez Eyrolles.