

[Download] File size: 31.Mb

Faire les bons choix



Par Maryvonne Lorenzen, Anna Gallotti

*DOC | *audiobook | ebooks |
Download PDF | ePub*

Dtails sur le produit Rang parmi les ventes : #174353 dans eBooksPubli le: 2015-10-22Sorti le: 2015-10-22Format: Ebook Kindle

[Download] Faire les bons choix

Par Maryvonne Lorenzen, Anna Gallotti : Faire les bons choix before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Faire les bons choix:

Download

Read Online

Description :

Présentation de l'auteur Nous faisons des choix tous les jours, des plus anodins aux plus engageants. Face à toutes les possibilités qui s'offrent à nous, la question n'est pas seulement de choisir mais comment choisir en toute lucidité ce qui nous rendra heureux, sans être lesté par le poids de l'éducation, des conventions ou du désir de faire plaisir. À l'aide de nombreux outils et exercices, les auteurs nous guident vers une meilleure connaissance de nous-mêmes et nous montrent comment, concrètement, faire les choix qui nous permettront de construire une vie riche et épanouissante! "Choix douloureux, choix judicieux, choix heureux: vous trouverez dans ce livre tout sur l'art de prendre les décisions qui font grandir notre vie, et celle des autres." Christophe André, psychiatre et psychologue, auteur notamment de L'Estime de soi et Imparfait, libres et heureux. "En alliant psychologie et philosophie, cet ouvrage dessine les contours d'une vie plus heureuse et plus

panouie. Le premier bon choix que je recommande est de lire ce livre!" Tal Ben-Shahar, spécialiste de la psychologie positive, auteur des best-sellers internationaux *L'apprentissage du bonheur* et *Apprendre tre heureux*. Présentation de l'auteur Nous faisons des choix tous les jours, des plus anodins aux plus engageants.

Face toutes les possibilités qui s'offrent nous, la question n'est pas seulement que choisir mais comment choisir en toute lucidité ce qui nous rendra heureux, sans être lesté par le poids de l'éducation, des conventions ou du désir de faire plaisir. L'aide de nombreux outils et exercices, les auteurs nous guident vers une meilleure connaissance de nous-mêmes et nous montrent comment, concrètement, faire les choix qui nous permettront de construire une vie riche et panouissante!" Choix douloureux, choix judicieux, choix heureux: vous trouverez dans ce livre tout sur l'art de prendre les décisions qui font grandir notre vie, et celle des autres."

Christophe Andr, psychiatre et psychothérapeute, auteur notamment de *L'Estime de soi* et *Imparfaits*, libres et heureux. "En alliant psychologie et philosophie, cet ouvrage dessine les contours d'une vie plus heureuse et plus panouie. Le premier bon choix que je recommande est de lire ce livre!" Tal Ben-Shahar, spécialiste de la psychologie positive, auteur des best-sellers internationaux *L'apprentissage du bonheur* et *Apprendre tre heureux*. Biographie de l'auteur Anna Gallotti est Master Certified Coach l'International Coach Federation, certifiée Élément Humain et consultante en entreprise. Elle travaille avec des clients qui l'ont choisie et qu'elle a choisis, entre l'Europe et les États-Unis où elle vit. Coach et consultante dans de nombreux pays, Maryvonne Lorenzen est Master Certified Coach de l'ICF et certifiée Élément Humain. Elle accompagne les dirigeants et les équipes, les aide reconnaître leur capacité faire des choix et les assumer.