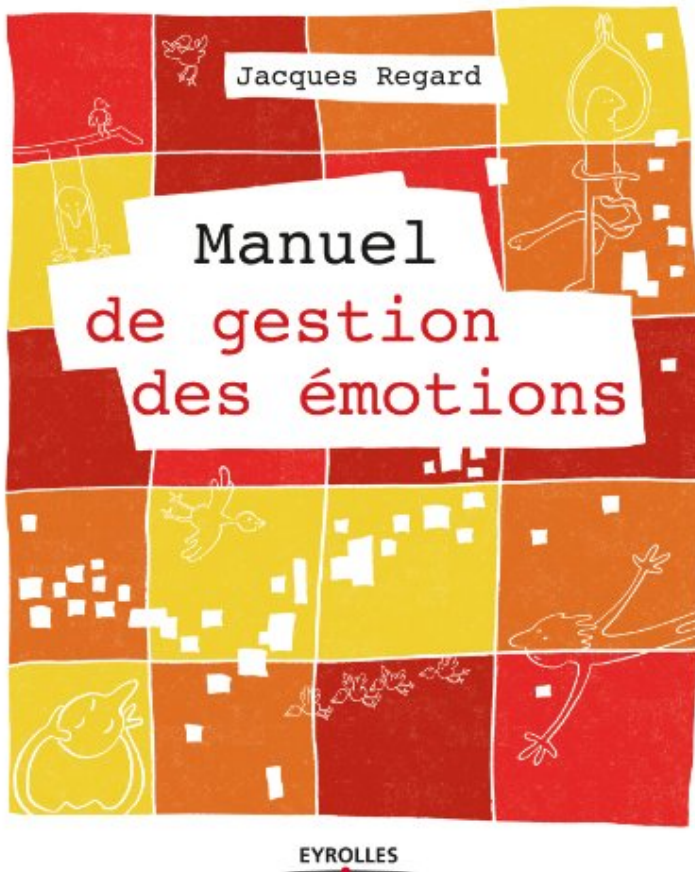


(Get free) File size: 72.Mb

Manuel de gestion des motions



Par Jacques Regard
*ePub | *DOC | audiobook | ebooks |*
Download PDF

Dtails sur le produit Rang parmi les ventes : #116714 dans eBooksPubli le: 2012-08-22Sorti le: 2012-08-22Format: Ebook Kindle

(Get free) Manuel de gestion des motions

Par Jacques Regard : Manuel de gestion des motions before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Manuel de gestion des motions:

 **Download**

 **Read Online**

Description :

Prsentation de l'diteurOn pouffe de rire quand il ne le faudrait pas, on pleure de joie, on se dope l'adrnaline, on voit rouge hors de propos... Pour le meilleur et pour le pire, quels que soient nos fonctionnements psychologiques ou nos cultures, les motions rythment nos vies sans qu'il nous soit toujours donn de les comprendre ou d'en connatre le maniement.Les motions ont toutes un rle jouer, mais elles nous laissent parfois dmunis face aux situations difficiles. Ce manuel a t conu pour vous aider dchiffre et matriser les ractions les plus douloureuses.Qu'il s'agisse de joie, de colre, de stress ou d'anxit, ce livre est un vritable mode d'emploi des motions qui vous aidera traverser toutes les mtos de la vie. Des origines physiologiques aux techniques susceptibles de mettre de l'ordre dans le chaos, le Manuel des motions a beaucoup vous apprendre. Illustr de schmas et truff d'exercices pratiques et accessibles, il deviendra rapidement l'ouvrage de rfrence de la bibliothque familiale.Revue de presseOn pouffe de rire quand il ne le faudrait pas, on pleure de joie, on se dope l'adrnaline, on voit rouge hors de propos... Pour le meilleur et pour le pire, quels que soient nos fonctionnements psychologiques ou nos cultures, les motions rythment nos vies sans qu'il nous soit toujours donn de les comprendre ou d'en connatre le maniement. Les motions ont toutes un rle jouer, mais elles nous laissent parfois dmunis face aux situations difficiles. Ce manuel a t conu pour vous aider dchiffre

et maîtriser les réactions les plus douloureuses. Qu'il s'agisse de joie, de colère, de stress ou d'anxiété, ce livre est un véritable mode d'emploi des émotions qui vous aidera traverser toutes les étapes de la vie. Des origines physiologiques aux techniques susceptibles de mettre de l'ordre dans le chaos, le Manuel des émotions a beaucoup à vous apprendre. Illustré de schémas et truffé d'exercices pratiques et accessibles, il deviendra rapidement l'ouvrage de référence de la bibliothèque familiale. Présentation de l'auteur On pouffe de rire quand il ne le faudrait pas, on pleure de joie, on se dope l'adrénaline, on voit rouge hors de propos... Pour le meilleur et pour le pire, quels que soient nos fonctionnements psychologiques ou nos cultures, les émotions rythment nos vies sans qu'il nous soit toujours donné de les comprendre ou d'en connaître le maniement. Les émotions ont toutes un rôle à jouer, mais elles nous laissent parfois démunis face aux situations difficiles. Ce manuel a été conçu pour vous aider à déchiffrer et maîtriser les réactions les plus douloureuses. Qu'il s'agisse de joie, de colère, de stress ou d'anxiété, ce livre est un véritable mode d'emploi des émotions qui vous aidera traverser toutes les étapes de la vie. Des origines physiologiques aux techniques susceptibles de mettre de l'ordre dans le chaos, le Manuel des émotions a beaucoup à vous apprendre. Illustré de schémas et truffé d'exercices pratiques et accessibles, il deviendra rapidement l'ouvrage de référence de la bibliothèque familiale.