

[Download] File size: 22.Mb

Comment avoir confiance en soi? (Guide pour avoir confiance en soi)



Par Sebastien Fank
ebooks / Download PDF / *ePub / DOC /
audiobook

Dtails sur le produit Rang parmi les ventes : #165386 dans eBooksPubli le: 2013-10-03Sorti le: 2013-10-03Format: Ebook Kindle

[Download] Comment avoir confiance en soi? (Guide pour avoir confiance en soi)

Par Sebastien Fank : Comment avoir confiance en soi? (Guide pour avoir confiance en soi) before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Comment avoir confiance en soi? (Guide pour avoir confiance en soi):

Download

Read Online

Description :

Prsentation de l'diteurVous voulez ne plus tre timide et avoir confiance en vous?Vous voulez savoir comment avoir confiance en soi? Avec ce livre, vritable coach pour apprendre dpasser ses peurs et gagner en confiance en soi, vous apprendrez tous les secrets pour dvelopper votre confiance?Les thmes du livre sont organisss pour comprendre les mcanismes en jeu lors de la confiance en soi et mettre en place un coaching dynamique pour dvelopper sa confiance.Vous apprendrez notamment comment fonctionne la confiance en soi, mais aussi comment renforcer son estime de soi dans la vie de tous les jours, les bases de l'amour de soi. Vous apprendrez galement savoir dpasser votre timidit avec des exercices pratiques pour vaincre la timidit au quotidien et dvelopper une aisance sociale.Egalement, vous apprendrez amliorer votre rapport avec les autres et devenir une personne la personnalit qui compte.Pour cela, sera abords les cls pour se dfaire du jugement des autres et combattre la procrastination.De nombreux autres chapitres traitent galement des aspects de la confiance en soi dans d'autres sphres comme par exemple avec les amis...Ce guide est un vritable condens de

conseils sous forme de coaching pour avoir plus confiance en soi. Si vous tes timides, ce livre constitue un bon pas en avant vers une affirmation plus saine de votre personnalité. Avoir confiance en soi et changer vous guidera vers un plus grand bien tre avec vous-mme et avec les autres. Prsentation de l'diteur Vous voulez ne plus tre timide et avoir confiance en vous? Vous voulez savoir comment avoir confiance en soi? Avec ce livre, vritable coach pour apprendre dpasser ses peurs et gagner en confiance en soi, vous apprendrez tous les secrets pour dvelopper votre confiance? Les thmes du livre sont organiss pour comprendre les mcanismes en jeu lors de la confiance en soi et mettre en place un coaching dynamique pour dvelopper sa confiance. Vous apprendrez notamment comment fonctionne la confiance en soi, mais aussi comment renforcer son estime de soi dans la vie de tous les jours, les bases de l'amour de soi. Vous apprendrez galement savoir dpasser votre timidit avec des exercices pratiques pour vaincre la timidit au quotidien et dvelopper une aisance sociale. Egalement, vous apprendrez amliorer votre rapport avec les autres et devenir une personne la personnalit qui compte. Pour cela, sera abords les cls pour se dfaire du jugement des autres et combattre la procrastination. De nombreux autres chapitres traitent galement des aspects de la confiance en soi dans d'autres sphres comme par exemple avec les amis... Ce guide est un vritable condens de conseils sous forme de coaching pour avoir plus confiance en soi. Si vous tes timides, ce livre constitue un bon pas en avant vers une affirmation plus saine de votre personnalité. Avoir confiance en soi et changer vous guidera vers un plus grand bien tre avec vous-mme et avec les autres.