

[PDF] Comment gérer le stress au travail ? : Les conseils à connaître pour s'en sortir (Coaching pro t. 13) (French Edition)

Comment gérer le stress au travail ? : Les conseils à connaître pour s'en sortir (Coaching pro t. 13) (French Edition)

Christine de Radigue, 50 minutes
*Download PDF / ePub / DOC / audiobook / ebooks



[Download](#)

[Read Online](#)

#4360202 in eBooks 2014-12-09 2014-12-09 File Name: B00QTZP8VG | File size: 76.Mb

Christine de Radigue, 50 minutes : Comment gérer le stress au travail ? : Les conseils à connaître pour s'en sortir (Coaching pro t. 13) (French Edition) before purchasing it in order to gauge whether or not it would be worth my time, and all praised Comment gérer le stress au travail ? : Les conseils

aggrave; connaicirc;tre pour s'en sortir (Coaching pro t. 13) (French Edition):

Un guide pratique et accessible pour apprendre agraver; geacute;rer au mieux le stress au travail Puisque le stress srsquo;imisce parfois sournoisement dans notre quotidien, tant professionnel que personnel, il est impeacute;ratif d'apprendre agraver; lui faire face. Nos reacute;actions, agraver; chaud, varient en fonction de notre personnaliteacute;; de notre veacute;cu et de nos ressentis, crsquo;est pourquoi nous sommes tous appeacute;s agraver; reacute;fleacute;chir au-delagraver; de ces situations de stress pour comprendre leur origine, analyser nos comportements et prendre du recul. Ce livre vous aidera agraver; :bull; Comprendre votre fonctionnement bull; Connaicirc;tre vos limitesbull; Vivre les situation de stress de maniegrave;re positive bull; Et bien plus encore ! Le mot de lrsquo;eacute;diteur : laquo; Coach de vie certifieacute;e et auteure de plusieurs romans, Geacute;raldine de Radiguegrave;s srsquo;efforce de nous livrer, au travers de son analyse sur le stress au travail, des cleacute;s de reacute;ussite et de deacute;veloppement personnel. En deacute;cidant de publier un livre sur cette theacute;matique, particuliegrave;rement actuelle, nous avons voulu preacute;senter quelques conseils pratiques aux nombreux travailleurs confronteacute;s agraver; ce sentiment de tension. raquo;Juliette Negrave;veAgraver; PROPOS DE LA SEacute;RIE 50MINUTES | Coaching proLa seacute;rie laquo; Coaching pro raquo; de la collection laquo; 50MINUTES raquo; srsquo;adresse agraver; tous ceux qui, en peacute;riode de transition ou non, deacute;sirent acqueacute;rir de nouvelles compeacute;tences, reacute;agir face agraver; une situation qui les incommode, ou tout simplement reacute;eacute;valuer leur eacute;quilibre de travail. Dans un style simple et dynamique, nos auteurs combinent de la theacute;orie, des pistes de reacute;flexion, des exemples concrets et des exercices pratiques pour permettre agraver; chacun drsquo;avancer sur le chemin de lrsquo;eacute;panouissement professionnel.