



## **Les 50 règles d'or pour bien gérer ses émotions**

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Les 50 règles d'or pour bien gérer ses émotions

*Jean-Yves Arrivé*

**Les 50 règles d'or pour bien gérer ses émotions** Jean-Yves Arrivé

 [Télécharger Les 50 règles d'or pour bien gérer ses émo ...pdf](#)

 [Lire en ligne Les 50 règles d'or pour bien gérer ses é ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne Les 50 règles d'or pour bien gérer ses émotions Jean-Yves Arrivé

---

96 pages

Présentation de l'éditeur

Les émotions nous rendent vivants mais nous perturbent. Nous sommes tous pris dans une double injonction : il nous faut contrôler nos émotions pour être « socialement corrects » et les exprimer pour exister et communiquer. Pas si facile de gérer ses émotions ...

- Un sommaire en quatre parties et quelques exemples de règles d'or : Comprenez les mécanismes émotionnels  
Repérez les émotions parasites  
Affirmez-vous sans vous énerver  
Ecoutez vos intuitions  
Dites non à la tristesse  
Apprenez à faire face aux conflits  
Évaluez votre intelligence émotionnelle  
Apprenez à accepter les échecs  
Parlez de vos émotions au travail...  
Biographie de l'auteur

Fondateur et gérant de Co-Acting ; membre accrédité, titulaire de la SFCoach ; Auteur de plusieurs ouvrages sur le coaching, les émotions, la formation et le développement des compétences dont Les 50 règles d'or de l'entretien d'embauche, «Mini», Larousse ; Enseignant durant 15 ans à l'université de Paris-X, Paris-XIII, au Celsa. Psychologue et titulaire 3e cycle Ressources Humaines.

Download and Read Online Les 50 règles d'or pour bien gérer ses émotions Jean-Yves Arrivé

#PEOI10RMY8J

Lire Les 50 règles d'or pour bien gérer ses émotions par Jean-Yves Arrivé pour ebook en ligne Les 50 règles d'or pour bien gérer ses émotions par Jean-Yves Arrivé Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Les 50 règles d'or pour bien gérer ses émotions par Jean-Yves Arrivé à lire en ligne. Online Les 50 règles d'or pour bien gérer ses émotions par Jean-Yves Arrivé ebook Téléchargement PDF Les 50 règles d'or pour bien gérer ses émotions par Jean-Yves Arrivé Doc Les 50 règles d'or pour bien gérer ses émotions par Jean-Yves Arrivé Mobipocket Les 50 règles d'or pour bien gérer ses émotions par Jean-Yves Arrivé EPub

**PEOI10RMY8JPEOI10RMY8JPEOI10RMY8J**