



## **Petit cahier d'exercices pour s'affirmer et enfin oser dire non**

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

# Petit cahier d'exercices pour s'affirmer et enfin oser dire non

*Anne Van Stappen*

**Petit cahier d'exercices pour s'affirmer et enfin oser dire non** Anne Van Stappen

 [Télécharger Petit cahier d'exercices pour s'affirmer ...pdf](#)

 [Lire en ligne Petit cahier d'exercices pour s'affirm ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne **Petit cahier d'exercices pour s'affirmer et enfin oser dire non** Anne Van Stappen

---

64 pages

Présentation de l'éditeur

Pour certains d'entre nous, prononcer le mot NON, s'affirmer, être authentique, n'est pas chose aisée : peur de décevoir l'autre, de le blesser, d'être moins aimé(e)... Nous préférons souvent aller dans le sens de notre interlocuteur et renoncer à nos convictions. Cependant, nous effacer face à l'autre engendre de la négativité et de la lassitude, ce qui nuit à notre bien-être et ne préserve pas forcément les relations que l'on souhaite épargner en évitant de dire NON. Si, dans votre vie actuelle, vous en avez assez de démissionner de vous-même, ce petit cahier vous concerne. Il est conçu pour vous aider à vous affirmer, dans le respect de chacun, et donc sans blesser quiconque ! Une multitude d'exercices vous permettra d'expérimenter au quotidien le fait qu'oser dire NON renforce votre leadership personnel, votre délicatesse d'expression, votre audace à relever des défis, votre joie de vivre et surtout votre estime personnelle !

**Biographie de l'auteur**  
Docteur en médecine, Anne van Stappen contribue à l'alliance de la productivité, de l'harmonie et de la joie au sein des interactions humaines en animant conférences, stages et ateliers sur la CNV. Elle est notamment l'auteur de *Ne marche pas si tu peux danser*, du coffre *Sagesse et puissance de la Communication NonViolente*, du *Petit cahier d'exercices d'écoute profonde de soi* et du *Petit cahier d'exercices de Communication NonViolente* (Ed. Jouvence).

Download and Read Online *Petit cahier d'exercices pour s'affirmer et enfin oser dire non* Anne Van Stappen #4MA25D83V1X

Lire Petit cahier d'exercices pour s'affirmer et enfin oser dire non par Anne Van Stappen pour ebook en ligne  
Petit cahier d'exercices pour s'affirmer et enfin oser dire non par Anne Van Stappen 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 Petit cahier d'exercices pour s'affirmer et enfin oser dire non par Anne Van Stappen à lire en ligne.  
Online Petit cahier d'exercices pour s'affirmer et enfin oser dire non par Anne Van Stappen ebook Téléchargement PDF  
Petit cahier d'exercices pour s'affirmer et enfin oser dire non par Anne Van Stappen Doc  
Petit cahier d'exercices pour s'affirmer et enfin oser dire non par Anne Van Stappen Mobipocket  
Petit cahier d'exercices pour s'affirmer et enfin oser dire non par Anne Van Stappen EPub

**4MA25D83V1X4MA25D83V1X4MA25D83V1X**