



De l'intention à la réalisation : Les secrets d'une motivation à toute épreuve

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

De l'intention à la réalisation : Les secrets d'une motivation à toute épreuve

Yves-Alexandre Thalmann

De l'intention à la réalisation : Les secrets d'une motivation à toute épreuve Yves-Alexandre Thalmann

 [Télécharger De l'intention à la réalisation : Les secre ...pdf](#)

 [Lire en ligne De l'intention à la réalisation : Les sec ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne De l'intention à la réalisation : Les secrets d'une motivation à toute épreuve Yves-Alexandre Thalmann

128 pages

Présentation de l'éditeur

Comment, lorsqu'on s'est fixé un objectif, maintenir une motivation sans faille ? Comment passer de l'intention à la réalisation ? Plongeant au coeur des recherches les plus récentes, cet ouvrage vous aide à trouver des réponses pertinentes à ces questions ; visant l'efficacité, il conteste certains dogmes en la matière : penser positivement, ne pas imaginer d'obstacles, affermir sa volonté. Au contraire, les nouvelles méthodes de motivation incluent nos possibles défaillances pour mieux les surmonter et proposent des outils dont l'effet a déjà été expérimenté avec succès par des milliers de personnes. Apprenez vous aussi à vous motiver pour atteindre les objectifs que vous vous êtes fixés (arrêter de fumer, réduire votre consommation d'alcool, vous nourrir de façon plus équilibrée...) ! Biographie de l'auteur

Yves-Alexandre Thalmann est professeur de psychologie, formateur, conférencier et auteur bien connu, avec plus d'une vingtaine d'ouvrages à son actif. Il excelle dans l'art de rendre accessibles au plus grand nombre les connaissances pointues élaborées dans les centres de recherche. Il a réussi à combiner les approches parmi les plus porteuses de la psychologie pour expliquer pourquoi l'optimisme favorise une vie plus épanouie. Il est l'auteur de Pensée positive 2.0, la loi de l'attraction enfin expliquée paru chez le même éditeur.

Download and Read Online De l'intention à la réalisation : Les secrets d'une motivation à toute épreuve Yves-Alexandre Thalmann #XR4HZMQ6L5I

Lire De l'intention à la réalisation : Les secrets d'une motivation à toute épreuve par Yves-Alexandre Thalmann pour ebook en ligneDe l'intention à la réalisation : Les secrets d'une motivation à toute épreuve par Yves-Alexandre Thalmann 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 De l'intention à la réalisation : Les secrets d'une motivation à toute épreuve par Yves-Alexandre Thalmann à lire en ligne.Online De l'intention à la réalisation : Les secrets d'une motivation à toute épreuve par Yves-Alexandre Thalmann ebook Téléchargement PDFDe l'intention à la réalisation : Les secrets d'une motivation à toute épreuve par Yves-Alexandre Thalmann DocDe l'intention à la réalisation : Les secrets d'une motivation à toute épreuve par Yves-Alexandre Thalmann MobipocketDe l'intention à la réalisation : Les secrets d'une motivation à toute épreuve par Yves-Alexandre Thalmann EPub **XR4HZMQ6L5IXR4HZMQ6L5IXR4HZMQ6L5I**