

Faire face à la pression et aux contraintes PDF

Dominique Chalvin



Ceci est juste un extrait du livre de Faire face à la pression et aux contraintes. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Dominique Chalvin

ISBN-10: 9782212547184

Langue: Français

Taille du fichier: 3701 KB

LA DESCRIPTION

Aussi bien au travail que dans la vie privée, les contraintes et la pression engendrent du stress. Ce guide pratique d'autoformation rédigé par Dominique Chalvin vous donne un programme pour apprendre, étape par étape, à y faire face. Vous aurez toutes les clés pour : comprendre votre stress ; gérer le stress des autres ; savoir utiliser les critiques ; faire des critiques constructives ; connaître votre marge de manoeuvre ; organiser votre travail et vos priorités ; organiser vos activités ; faire face à l'imprévu.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Title: Free Faire Face Agrave La Pression Et Aux Contraintes (PDF, ePub, Mobi) Author: World Publishing Company Subject: Faire Face Agrave La Pression Et Aux Contraintes

Pression au travail : savoir y faire face. ... Résister à la pression nécessite-t-il de ... exprimer votre position c'est-à-dire vos attentes, vos contraintes, ...

Faire face à la pression et aux contraintes : Aussi bien au travail que dans la vie privée, les contraintes et la pression engendrent du stress. Ce guide pratique d ...

FAIRE FACE À LA PRESSION ET AUX CONTRAINTES

[Lire la suite...](#)