

Mots clés: telecharger La force de l'optimisme ; apprendre à faire confiance à la vie pdf, La force de l'optimisme ; apprendre à faire confiance à la vie mobi, La force de l'optimisme ; apprendre à faire confiance à la vie epub gratuitement, La force de l'optimisme ; apprendre à faire confiance à la vie torrent, La force de l'optimisme ; apprendre à faire confiance à la vie lire en ligne.

La force de l'optimisme ; apprendre à faire confiance à la vie PDF

Martin E. P. Seligman



Ceci est juste un extrait du livre de La force de l'optimisme ; apprendre à faire confiance à la vie. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Martin E. P. Seligman
ISBN-10: 9782266198066
Langue: Français

Taille du fichier: 3883 KB

LA DESCRIPTION

La lucidité n'est pas l'apanage du pessimisme. Dans ce livre réjouissant, Martin Seligman révèle que l'optimiste est plus heureux non pas parce qu'il ne voit pas la réalité telle qu'elle est mais parce qu'il porte un regard différent sur elle : un regard de confiance en sa capacité d'agir. Voilà sa force : là où le pessimiste se sent impuissant, l'optimiste sait identifier des portes de sortie. Cette vision positive du monde a généralement été développée en nous dès l'enfance. Ses effets bénéfiques sont légion : plus grande résistance à l'adversité, meilleure santé, meilleure réussite, vie plus agréable. La bonne nouvelle est qu'il n'est jamais trop tard pour en prendre conscience. A tout âge, nous pouvons réapprendre à avoir confiance en la vie et à en faire profiter nos enfants. C'est le chemin que l'auteur, un des grands psychologues de notre temps, a lui-même suivi. ... Lire la suite Dans cet ouvrage chaleureux, il montre comment, vous pouvez, à votre tour, transformer votre vie par un optimisme salutaire. Alors, soyez réaliste : apprenez à faire confiance à la vie.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

La force de l'optimisme : apprendre à faire confiance à la vie est un livre de Martin Seligman. (2012). Art de vivre, vie pratique.

La force de l'optimisme [Texte imprimé], [apprendre à faire confiance à la vie] Martin Seligman traduction de [l'américain par] Larry Cohen préface de Jacques ...

Get this from a library! La force de l'optimisme : [apprendre à faire confiance à la vie]. [Martin E P Seligman; Larry Cohen; Jacques Lecomte]

LA FORCE DE L'OPTIMISME ; APPRENDRE À FAIRE CONFIANCE À LA VIE

[Lire la suite...](#)