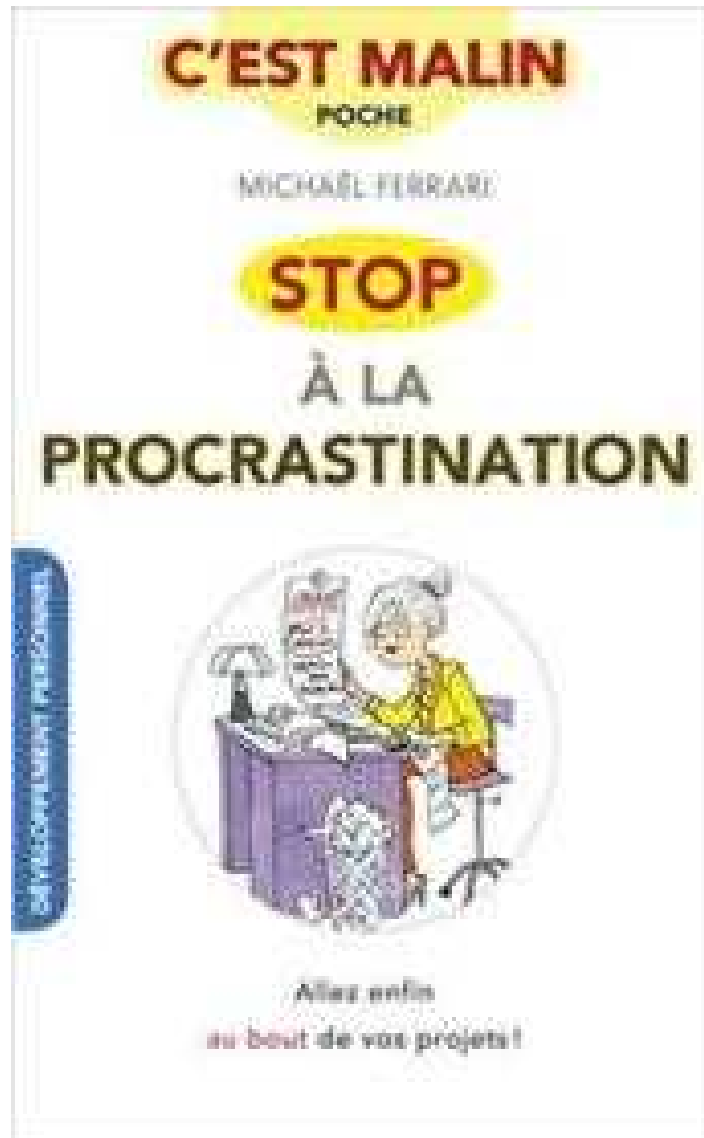


Mots clés: telecharger Stop à la procrastination c'est malin pdf, Stop à la procrastination c'est malin mobi, Stop à la procrastination c'est malin epub gratuitement, Stop à la procrastination c'est malin torrent, Stop à la procrastination c'est malin lire en ligne.

Stop à la procrastination c'est malin PDF

Michael Ferrari



Ceci est juste un extrait du livre de Stop à la procrastination c'est malin. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Michael Ferrari
ISBN-10: 9782848997285
Langue: Français
Taille du fichier: 4436 KB

LA DESCRIPTION

7 semaines pour reprendre le contrôle de sa vie ! Envie d'aller de l'avant sans savoir par où commencer ? Marre de culpabiliser à propos de tout ce que vous reportez sans cesse ? La procrastination nous consume à petit feu ! A force de toujours tout reporter au lendemain, on n'avance pas, on s'en veut, on déprime. Et le lendemain, c'est pire. Avec ce livre, on passe à l'action dès la première semaine en supprimant progressivement les mécanismes de blocage : Semaine 1 : Faire la paix avec soi Semaine 2 : Analyser le problème et tester sa véritable motivation Semaine 3 : Se donner le droit d'avancer à son rythme Semaine 4 : Définir la marche à suivre et découper en étapes Semaine 5 : Fixer des indicateurs et des récompenses Semaine 6 : Anticiper les obstacles Semaine 7 : Utiliser des stratégies d'engagement positives Une méthode simple et concrète pour un livre 100 % malin

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Noté 3.7/5. Retrouvez Stop à la procrastination, c'est malin et des millions de livres en stock sur Amazon.fr. Achetez neuf ou d'occasion

Découvrez et achetez Stop à la procrastination, c'est malin, Allez e... - Michaël Ferrari - Éditions Leduc.s sur www.leslibraires.fr

Livre : Livre Stop à la procrastination c'est malin de Michael Ferrari, commander et acheter le livre Stop à la procrastination c'est malin en livraison rapide, et ...

STOP À LA PROCRASTINATION C'EST MALIN

[Lire la suite...](#)