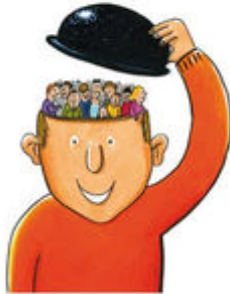


# Télécharger Livres Gratuit Les autres et moi (PDF | ePub | Mobi) Isabelle Filliozat DataBase Book

Isabelle Filliozat

## Les autres et moi

Comment développer  
son intelligence sociale



JC Lattès

L'humain est un animal social : il a besoin des autres. Mais la peur - de déranger, d'être jugé, de ne pas savoir quoi dire - l'empêche souvent de se nourrir de contacts et rend la relation à l'autre souvent problématique. Si certains semblent maîtriser parfaitement les codes sociaux, d'autres se sentent démunis : ils ne savent comment se comporter et sont paralysés en public jusqu'à ressentir et entretenir une phobie sociale. La plupart d'entre nous oscillent entre ces deux extrêmes et sont plus ou moins à l'aise selon les circonstances. Or dans notre société, l'aisance sociale est une clef qui ouvre toutes les portes. Pourtant on n'en enseigne pas les rudiments, alors qu'il serait si facile d'apprendre à reconnaître l'autre et engager avec lui une relation sereine, confiante. En plus de nos liens avec nos amis, notre famille, les relations avec nos voisins, nos collègues, les commerçants, les gens que nous croisons dans l'ascenseur ou dans la rue, peuvent nous apporter beaucoup. Isabelle Filliozat nous propose une vraie réflexion sur notre rapport aux autres, les codes, gestes et paroles souvent automatiques au début d'un échange, et des exercices pratiques pour mettre de côté, nos peurs, notre timidité, nos préjugés. Notre manière de saluer,

de dire bonjour, de tendre la main ou la joue, de regarder l'autre, influe sur la suite de la relation. Nous avons par exemple appris à dire bonjour pour être poli, or c'est bien souvent un bonjour sans chaleur, sans conscience, sans signification. Isabelle Filliozat nous invite à redécouvrir la politesse du cœur, le goût de l'échange, de la conversation pour se sentir plus libre et plus heureux. En mettant de côté nos peurs, en osant donner et recevoir, on devient vraiment sujet et non plus objet de nos vies.

<b>Title</b>	:	Les autres et moi
<b>Author</b>	:	Isabelle Filliozat
<b>Catégorie</b>	:	Santé et bien-être
<b>Sortie</b>	:	6 mai 2009
<b>Éditeur</b>	:	JC Lattès
<b>Pages</b>	:	237
<b>Langue</b>	:	Français
<b>File Size</b>	:	547.08kB

[Télécharger Livres Gratuit Les autres et moi \(PDF | ePub | Mobi\) Isabelle Filliozat DataBase Book](#)

# Télécharger Livres Gratuit Les autres et moi (PDF | ePub | Mobi) Isabelle Filliozat DataBase Book

[Télécharger Livres Gratuit Les autres et moi \(PDF | ePub | Mobi\) Isabelle Filliozat DataBase Book](#)

**LES AUTRES ET MOI PDF** - Are you looking for eBook Les autres et moi PDF? You will be glad to know that right now Les autres et moi PDF is available on our online library. With our online resources, you can find Les autres et moi or just about any type of ebooks, for any type of product.

Best of all, they are entirely free to find, use and download, so there is no cost or stress at all. Les autres et moi PDF may not make exciting reading, but Les autres et moi is packed with valuable instructions, information and warnings. We also have many ebooks and user guide is also related with Les autres et moi PDF and many other ebooks.

We have made it easy for you to find a PDF Ebooks without any digging. And by having access to our ebooks online or by storing it on your computer, you have convenient answers with Les autres et moi PDF. To get started finding Les autres et moi, you are right to find our website which has a comprehensive collection of manuals listed.

Our library is the biggest of these that have literally hundreds of thousands of different products represented. You will also see that there are specific sites catered to different product types or categories, brands or niches related with Applied Numerical Methods With Matlab Solution Manual 3rd Edition PDF. So depending on what exactly you are searching, you will be able to choose ebooks to suit your own needs.

Here is the access Download Page of LES AUTRES ET MOI PDF, click this link to download or read online:

[Télécharger Livres Gratuit Les autres et moi \(PDF | ePub | Mobi\) Isabelle Filliozat DataBase Book](#)

# 1000 livres les plus vendus [GRATUIT]