

Les ressources insoupçonnées de la colère pdf

Les ressources insoupçonnées de la colère pdf

Rating: 4.5 / 5 (1526 votes)

Downloads: 22799

CLICK HERE TO DOWNLOAD >>> <https://calendario2023.es/7M89Mc?keyword=les+ressources+insoupçonnées+de+la+colère+pdf>

Mais une autre issue est possible!. Mais une autre issue est possible! Autres livres de l'auteur. 8,€ Ajouter au panier; Ils pourraient aussi vous intéresser. Autrement dit, la véritable cause de notre colère n'est pas simplement ce que font les autres mais ce qui se passe en nous en réaction à ce qu'ils font Les ressources insoupçonnées de la colère. La CNV nous apprend à utiliser la colère comme une sonnette d'alarme qui nous avertit que notre manière de penser, loin de nous aider à combler nos besoins, nous entraîne plutôt dans Quand frappe la colère, le champ de vision rétrécit, le coeur s'accélère, les jugements se bousculent dans la tête Et nous voici sur le point de dire ou faire quelque chose qui ne fera qu'aggraver la situation. La Communication NonViolente nous apprend en effet que la colère est le signal d'alarme de notre déconnexion d'avec nos besoins. Quand frappe la colère, notre champ de vision rétrécit, notre coeur s'accélère, les jugements se bousculent dans notre tête Et nous voici sur le point de dire ou faire quelque chose qui ne fera qu'aggraver la situation. Quand frappe la colère, notre champ de vision rétrécit, notre coeur s'accélère, les jugements se bousculent dans notre tête Et Quand frappe la colère, notre champ de vision rétrécit, notre coeur s'accélère, les jugements se bousculent dans notre tête. Les Ressources insoupçonnées de la colère 5,€ Ajouter au panier; L'art de la réconciliation 5,€ Ajouter au panier; Être vraiment soi, aimer pleinement l'autre! Il s (49) Habituellement expédié sous-jours. Développer son mental pour se remettre au sport 5,€ Ajouter au Il y a une édition plus récente de cet article: Les ressources insoupçonnées de la colère,€. Les ressources insoupçonnées de la colère. Et nous voici sur le point de dire ou faire La CNV nous apprend à utiliser la colère comme une sonnette d'alarme qui nous avertit que notre manière de penser, loin de nous aider à combler nos besoins, nous entraîne Quand frappe la colère, notre champ de vision rétrécit, notre coeur s'accélère, les jugements se bousculent dans notre tête Et nous voici sur le point de dire ou faire Si ce sont nos jugements sur eux et non les autres -, qui provoquent la colère en nous ; et si ces jugements négatifs nous empêchent de nous relier à nos besoins, alors il suffit Pour gérer notre colère à l'aide de la CNV, la première étape consiste à prendre conscience du fait que le stimulus ou déclencheur de notre colère n'est pas la cause.

 Difficulté Facile

 Durée 383 jour(s)

 Catégories Art, Vêtement & Accessoire, Alimentation & Agriculture, Maison, Recyclage & Upcycling

Sommaire

Étape 1 -

Commentaires

Matériaux

Outils

Étape 1 -
