

## **Le guide des forces**

Type de contenu : Texte

Type de support : Volume

Titre(s) : Le guide des forces [Texte imprimé] / Bastien Wagener

Auteur(s) : Wagener, Bastien (1983-....)

Adresse bibliographique : [s.l.] : [s.n.], 2021

Description matérielle : 141 p. ; 28 cm

ISBN : 978-1975745547

EAN : 9781975745547

Note(s) : Ouvrage publié en autoédition

Résumé ou extrait : Travailler sur ses forces est essentiel pour être plus heureux et plus épanoui, mais aussi pour gagner en efficacité et atteindre ses objectifs, au travail comme dans sa vie personnelle. Dans ce guide pratique, découvrez les éléments essentiels pour comprendre ce que sont les forces de caractère et pourquoi il est important de prendre conscience des atouts que nous possédons tous ; apprenez à utiliser une méthodologie simple et scientifique pour évaluer vos forces de caractère et mieux vous connaître.

Sujet - Nom commun : Auto-développement (psychothérapie)