

Jane B. Burka
Leonora M. Yuen

Comment
ne plus être
en retard



PETITE BIBLIOTHÈQUE PAYOT
/ Self Help /

Comment ne plus être en retard

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Comment ne plus être en retard

Jane-B Burka, Leonora M. Yuen

Comment ne plus être en retard Jane-B Burka, Leonora M. Yuen

 [Télécharger Comment ne plus être en retard ...pdf](#)

 [Lire en ligne Comment ne plus être en retard ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Comment ne plus être en retard Jane-B Burka, Leonora M. Yuen

330 pages

Présentation de l'éditeur

A force d'être toujours en retard, de toujours tout remettre au lendemain, certaines personnes finissent par se rendre la vie impossible et par exaspérer les autres. Ni paresseuses ni désorganisées, elles n'en souffrent pas moins de procrastination, un comportement lié à l'estime de soi et touchant aussi bien l'enfant qui n'arrive pas à faire ses devoirs que l'adulte qui accumule les retards au travail ou dans son couple. Que se passe-t-il dans la tête de ces personnes ? D'où leur vient leur " manie " ? Comment peuvent-elles en guérir ? Et que faire pour vivre ou travailler avec elles ? Les psychologues Jane Burka et Lenora Yuen éclairent sans dramatiser ni culpabiliser ce qu'est réellement la procrastination et proposent, à l'aide de tests et d'exercices, des conseils et une méthode pour s'en sortir. Biographie de l'auteur

Jane B. Burka et Lenora M. Yuen sont psychologues. Spécialistes de la procrastination, elles animent, en plus de leur propre cabinet, des séminaires et des groupes de travail sur ce thème dans les plus célèbres universités (Berkeley, Stanford) et entreprises (Pacifié Bell, Hewlett-Packard), ainsi qu'auprès du grand public. Leur livre, devenu un classique du genre, a connu un énorme succès.

Download and Read Online Comment ne plus être en retard Jane-B Burka, Leonora M. Yuen

#ZUXO81EBDKA

Lire Comment ne plus être en retard par Jane-B Burka, Leonora M. Yuen pour ebook en ligne Comment ne plus être en retard par Jane-B Burka, Leonora M. Yuen Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Comment ne plus être en retard par Jane-B Burka, Leonora M. Yuen à lire en ligne. Online Comment ne plus être en retard par Jane-B Burka, Leonora M. Yuen ebook Téléchargement PDF Comment ne plus être en retard par Jane-B Burka, Leonora M. Yuen Doc Comment ne plus être en retard par Jane-B Burka, Leonora M. Yuen Mobipocket Comment ne plus être en retard par Jane-B Burka, Leonora M. Yuen EPub

ZUXO81EBDKAZUXO81EBDKAZUXO81EBDKA