



Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition)

Chaby Langlois

Download now

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

Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition)

Chaby Langlois

Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition) Chaby Langlois
Un exemple d'auto-réhabilitation qui va vous réconcilier avec vous-même.

Passer de la peur qui isole, empêche d'avancer et fait souffrir, à la *Slow Attitude* qui permet de transformer ses émotions et de s'ouvrir à la vie. En partant de son cheminement personnel Chaby Langlois, psychologue, conseil en entreprise et grand effrayé, nous invite à ralentir pour nous donner le temps nécessaire à la transformation du regard que nous portons sur nous et les autres.

L'honnêteté dans la description de son expérience personnelle rend les outils décrits dans « Ma Slow Attitude » crédibles et émouvants. Des blessures de l'enfance aux stress multiples de nos vies quotidiennes, il nous conte son développement personnel comme une épopée, dans laquelle chacun pourra puiser information, explication et inspiration.

Un récit autobiographique agrémenté de citations et de petites histoires où le partage de l'expérience fait sens.

EXTRAIT

J'ai appris à changer mes réponses face aux émotions et modifier mon dialogue intérieur. Cela m'a passionné et très vite, j'ai senti que la sérénité et la joie prenaient la place de la souffrance. Que je pouvais apprendre à faire les choses différemment afin d'avoir des résultats différents. *Ma Slow Attitude*, dont le nom s'inspire du mouvement *Slow Food*, explique cette nouvelle façon de répondre au quotidien à ce que la vie me propose. C'est la construction d'une référence interne qui prend sa source dans mon cœur plutôt que dans ma tête, afin de rester connecté à ma douceur plutôt qu'à cette peur qui engendre de la violence.

A PROPOS DE L'AUTEUR

Chaby Langlois commence par être cavalier et éleveur de chevaux, puis directeur dans une compagnie d'assurances. Ensuite, il se forme à la psychologie positive, au changement comportemental, ainsi qu'à la PNL (Programmation Neuro Linguistique), à la sophrologie, au Reiki et à la CNV (Communication Non Violente). Ancien grand fumeur il conçoit la méthode No Smoking® qu'il anime en entreprise depuis déjà 25 ans. Il est le co-fondateur de l'agence No Smoking No Stress depuis 1990.



[Download Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence \(...pdf\)](#)



[Read Online Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence ...pdf](#)

Download and Read Free Online Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition) Chaby Langlois

Download and Read Free Online Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition) Chaby Langlois

From reader reviews:

Teresa Vanhook:

Do you have favorite book? If you have, what is your favorite's book? Reserve is very important thing for us to know everything in the world. Each e-book has different aim or even goal; it means that publication has different type. Some people truly feel enjoy to spend their the perfect time to read a book. They may be reading whatever they have because their hobby is reading a book. Why not the person who don't like studying a book? Sometime, particular person feel need book once they found difficult problem as well as exercise. Well, probably you will want this Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition).

Homer Douglas:

The book Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition) can give more knowledge and information about everything you want. So why must we leave the good thing like a book Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition)? A few of you have a different opinion about guide. But one aim in which book can give many data for us. It is absolutely suitable. Right now, try to closer with the book. Knowledge or information that you take for that, you can give for each other; you are able to share all of these. Book Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition) has simple shape however you know: it has great and massive function for you. You can search the enormous world by start and read a publication. So it is very wonderful.

Jonathan Ouzts:

Information is provisions for people to get better life, information currently can get by anyone from everywhere. The information can be a expertise or any news even an issue. What people must be consider whenever those information which is within the former life are difficult to be find than now's taking seriously which one is suitable to believe or which one the particular resource are convinced. If you have the unstable resource then you buy it as your main information there will be huge disadvantage for you. All of those possibilities will not happen inside you if you take Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition) as your daily resource information.

Williams Carter:

Don't be worry should you be afraid that this book will filled the space in your house, you will get it in e-book method, more simple and reachable. This kind of Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition) can give you a lot of good friends because by you investigating this one book you have issue that they don't and make anyone more like an interesting person. This specific book can be one of one step for you to get success. This publication offer you information that maybe your friend doesn't understand, by knowing more than various other make you to be great people. So , why hesitate? Let's have Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition).

**Download and Read Online Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition) Chaby Langlois
#KS8EAFJIYG2**

Read Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition) by Chaby Langlois for online ebook

Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition) by Chaby Langlois Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition) by Chaby Langlois books to read online.

Online Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition) by Chaby Langlois ebook PDF download

Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition) by Chaby Langlois Doc

Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition) by Chaby Langlois Mobipocket

Ma Slow Attitude: Répondre en douceur à la violence (French Edition) by Chaby Langlois EPub