



Le Coaching Poche pour les Nuls

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

Le Coaching Poche pour les Nuls

Jeni MUMFORD

Le Coaching Poche pour les Nuls Jeni MUMFORD

 [Télécharger Le Coaching Poche pour les Nuls ...pdf](#)

 [Lire en ligne Le Coaching Poche pour les Nuls ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Le Coaching Poche pour les Nuls Jeni MUMFORD

360 pages

Extrait

Extrait de l'introduction

Il y a quelques années, j'ai abandonné mon poste très prestigieux et lucratif au sein d'une multinationale pour me hasarder, en tant que coach, dans l'univers effrayant des travailleurs indépendants. Nombre de mes collègues que j'avais appris à connaître et à aimer au fil des ans m'ont exprimé tous leurs vœux de réussite et demandé ce que j'allais faire exactement. Je leur ai dit : «Eh bien, je pense que ce qui m'intéresse vraiment, c'est d'aider les gens à trouver le bon équilibre, à éprouver du plaisir et à donner un sens à leur vie.»

«Oh, répondaient-ils l'air distrait, ça me plairait bien.» Puis, leur regard se portait de nouveau sur le monticule de documents qui encombraient leur bureau et le téléphone en train de sonner. «Mais, je ne vois pas comment je pourrais lâcher mon boulot.» Et ils souriaient, tendaient le bras pour saisir le combiné et s'adonnaient aux activités qu'ils estimaient savoir faire le mieux. J'ai trouvé leur réponse très intéressante car elle résumait parfaitement les sentiments contre lesquels je me suis battue pendant trois longues années avant de faire enfin le grand saut. J'ai entamé une étroite collaboration avec des personnes d'horizons très différents qui se tournaient vers le coaching pour des raisons très diverses. J'ai découvert que lorsque vous prenez le temps de remettre en cause vos propres hypothèses, de vous pencher sur ce qu'est votre vie et non sur ce qu'elle devrait être selon vous ou les autres, tout s'éclaire petit à petit. Vous commencez à trouver un certain équilibre, à vous amuser plus et à donner un sens à votre vie (au fait, pour les fans du film H2G2 : le guide du voyageur galactique, la réponse à la vie ne semble pas être 42, quel que soit le caractère apaisant de cette pensée pour ceux d'entre vous en quête de certitudes).

Le coaching s'apparente à l'utilisation d'un moteur de recherche réellement efficace qui vous aide à résoudre vos problèmes existentiels. Technique à nulle autre pareille, le coaching vous donne les mots-clés pour trouver un sens à votre vie. Voilà pourquoi j'ai écrit ce livre, pour que vous puissiez disposer vous aussi de ce pouvoir.

A propos de ce livre

Ce livre a pour objectif de vous livrer les recettes pour parvenir à un meilleur équilibre intérieur et donner du plaisir et un sens à votre vie. Cet ouvrage pourra constituer une source d'inspiration si vous travaillez déjà avec un coach personnel. Les coachs professionnels peuvent conseiller à leurs clients de se servir de ce livre comme d'un coach virtuel entre les séances. Vous y trouverez également des informations sur la façon d'aider les autres en exploitant vos compétences en matière de coaching.

Les conventions utilisées dans ce livre

Vous pouvez pousser un grand ouf de soulagement : ce livre est vierge de tout jargon. Certains ouvrages sur le coaching personnel peuvent provoquer des maux de tête, mais celui-ci vous présente les informations de façon très pratique afin que vous puissiez rapidement et facilement opérer des changements dans votre vie. Les nouveaux termes sont présentés en italique et font l'objet d'une définition.

Les rares autres conventions concernent la police de caractère des sites Web et la mise en gras des étapes d'une procédure et des éléments clés d'une liste. Présentation de l'éditeur

Les raisons de recourir au coaching sont nombreuses : préparer un changement de cap professionnel, une promotion, améliorer ses relations avec les autres, apprendre à gérer son argent, changer ses habitudes de vie

sur le plan physique ou encore abandonner définitivement ses mauvais schémas de pensée...

Bien décidé(e) à changer ? Alors, donnez-vous les moyens de parvenir à ce que vous souhaitez. Pour un coaching réussi, définissez précisément l'objectif à atteindre et suivez le guide. Une fois que vous aurez évalué vos atouts et identifié vos faiblesses, vous voilà en route pour trouver le bon équilibre et penser comme un gagnant. Ce guide qui accompagne le lecteur pas à pas dans une démarche active se substitue parfaitement à un coach, et ceci à moindre coût !

Biographie de l'auteur

Jeni Mumford est coach professionnel au sein du groupe Hays spécialisé dans le recrutement, le management et le conseil en développement personnel.

Download and Read Online Le Coaching Poche pour les Nuls Jeni MUMFORD #RLXOE9DCSA0

Lire Le Coaching Poche pour les Nuls par Jeni MUMFORD pour ebook en ligneLe Coaching Poche pour les Nuls par Jeni MUMFORD 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 Le Coaching Poche pour les Nuls par Jeni MUMFORD à lire en ligne. Online Le Coaching Poche pour les Nuls par Jeni MUMFORD ebook Téléchargement PDFLe Coaching Poche pour les Nuls par Jeni MUMFORD DocLe Coaching Poche pour les Nuls par Jeni MUMFORD MobipocketLe Coaching Poche pour les Nuls par Jeni MUMFORD EPub

RLXOE9DCSA0RLXOE9DCSA0RLXOE9DCSA0