

le coin du libraire

ÊTRE SOI DANS SES RELATIONS



De nombreux symptômes comme le mal-être, le stress, la démotivation, la baisse de productivité, d'efficacité dans les organisations sont reliés à des problématiques relationnelles. L'assertivité est un mode relationnel qui permet de développer des relations constructives dans le respect de soi et des autres et de créer les conditions favorables à l'expression avec, pour finalité, la performance des organisations et le mieux-être des collaborateurs. Voici donc un ouvrage « d'autoformation » pour s'entraîner au quotidien à être enfin soi-même !

L'auteure, Sylvie Grivel, est formatrice en communication et coach certifiée. Formée à différentes approches – la programmation neuro-linguistique (PNL), l'élément humain de Schutz, l'analyse transactionnelle... –, elle intervient en entreprise, dans la fonction publique, dans le monde politique et le secteur de l'insertion sociale et professionnelle.

◆ Éditions d'Organisation 23 euros.