

Programmez votre réussite

Les 7 points fondamentaux

Joël LICCIARDI

Préface de Michèle FREUD



Un ouvrage indispensable qui démontre que réussir sa vie, c'est en être responsable, c'est retrouver confiance en soi et en ses ressources.

Joël Licciardi nous invite à repenser la définition de la réussite personnelle et professionnelle. Pour lui, elle dépend des valeurs que nous intériorisons au fil de nos expériences afin de donner et transmettre le meilleur de nous-mêmes.

7 points fondamentaux structurent cette vision claire :

- Comment maîtriser la prise de parole, en petit comité ou en public.
- Comment établir clairement une stratégie pour atteindre ses objectifs, ses rêves, ses désirs.
- Comment développer sa mémoire, outil puissant pour réactiver nos capacités intellectuelles.
- Comment modifier notre schéma mental pour augmenter sa confiance en soi, ne pas s'auto-éliminer et sortir de sa zone de confort.
- Comment utiliser la visualisation, l'autosuggestion et la méditation pour tenir le stress à distance. Ou au contraire, savoir l'utiliser comme un carburant.
- Comment renforcer son influence dans des relations humaines vraies.
- Comment renforcer notre enthousiasme, notre attitude positive pour susciter l'adhésion, pour enflammer notre vie .



Joël LICCIARDI a fait de sa passion – la formation – son métier. Les résultats obtenus au coeur du succès qu'il rencontre, les appréciations des participant(e)s dans ses formations l'ont amené à écrire, ici, 7 principes de base. Plus de 15 000 personnes ont ainsi « Programmé leur réussite » ! Installé à Marseille, il a été le seul français sélectionné pour le Championnat du monde de la mémoire en Chine, en 2015.

MOTS CLÉS

réussite, mémoire, relations humaines, objectifs, gestion du stress, enthousiasme, confiance en soi

Parution le 16 septembre 2016

Collection : Chrysalide

ISBN : 978 2 84058 566 4

15 x 21 cm - 176 pages - 14,80 €