

---

Réserver Mettre en favoris

[Joseph Messinger](#)

Paru en 2011 chez [First](#)

Votre interlocuteur vous accueille d'une courte poignée de main ? Vous peinez à le regarder au moment de lui répondre ? Votre main droite se glisse instinctivement dans votre poche dès que vous ouvrez la bouche ? Il est (grand) temps de vous plonger dans la PNG (Programmation Neuro-Gestuelle) !

Voici donc une méthode de reconstruction de soi, bien utile en ces temps de crise et de nuages noirs qui s'amoncellent sur notre devenir. Il est facile de se laisser abattre, de perdre confiance et de se comparer aux autres (en les voyant, bien sûr, plus beaux et plus talentueux), mais la réussite, ça se travaille !

À l'aide des dix ingrédients de la confiance en soi (la foi, l'estime de soi, la chance, l'empathie, la motivation, le leadership, le charisme, la séduction, la communication et la parole), apprenez à décrypter les gestes du succès. Les fables idéomotrices et verrous gestuels, largement illustrés dans cet ouvrage, vous aideront à stimuler ces gestes qui vous changeront la vie.

Prenez votre destin en main et dopez votre confiance avec le plus grand spécialiste de l'interprétation des gestes, Joseph Messinger.

Les gestes de la confiance en soi



Auteur complémentaire

Caroline Messinger

Sujet(s)

[Comportement humain](#)

[psychologie](#)

[Communication](#)

[psychologie](#)

[Relation interpersonnelle](#)

[Communication gestuelle](#)

[Communication non verbale](#)