Que se passe t-il en moi ?

Type de contenu : Texte

Titre(s) : Que se passe t-il en moi ? / De Isabelle Filliozat

Auteur(s) : Filliozat, Isabelle

Editeur, producteur : Marabout, 2013

Description matérielle : 320 p ; 17 cm

Collection : Psychologie

ISBN : 978-2-501-08558-8

Appartient à la collection : Psychologie

Résumé ou extrait : Vous vous énervez sans raison ' Vous êtes lassés des disputes qui secouent votre couple ' Vous avez du mal à vous affirmer devant votre patron ' Vous ne savez pas dire non ' Vous vous sentez fatigué, dépressif ' Insensible ou trop sensible, vous ne savez pas gérer vos émotions. Apprenez à vous en libérer en les libérant. Voici un véritable guide, ponctué d'exercices simples, pour vous retrouver, vous ouvrir, vous épanouir, en vivant librement selon votre coeur. Les clés de votre succès social et professionnel ' L'aisance, la clarté, l'authenticité dans les relations. Les clés de la réussite de votre couple et de votre famille ' La communication, la sincérité, l'intimité des sentiments. Les clés de votre bonheur ' La guérison du passé, le courage d'être vous-même, de trouver votre voie

Sujet(s) : 1503 psycho & socio
Développement Personnel
Psychologie
S'épanouir
Scientifiques et techniques et sciences humaines

Image de présentation : https://bibliotheques-numeriques.defense.gouv.fr/koha/ecrans/moi.jpg

Text alternatif image de présentation : moi.jpg