

Se libérer de la culpabilité

Titre(s): Se libérer de la culpabilité [[périodique]]

Ensemble : Psychologies 444

Editeur, producteur : 01/04/23

Description matérielle : pp.34-51

ISSN : 0032-1583

Note(s): Dossier de 6 articles.

Note sur la description matérielle : 18

Résumé ou extrait : On l'associe à une émotion négative. Pourtant, en contenant nos débordements, elle est essentielle à nos relations. Alors pourquoi cette sensation désagréable qui enserre notre coeur ? Parce que la culpabilité est insidieuse et nous fait souffrir quand elle est excessive. Notre dossier vous aidera à comprendre sa mécanique et à alléger son poids. Sommaire. Présumés coupables. La culpabilité, ça a du bon ! "Se sentir coupable, c'est alourdir sa peine". Quand l'émotion devient toxique. 8 clés pour s'engager. Alléger les enfants d'un poids délétère.

Sujet - Nom commun : Confiance en soi

Morale

Culpabilité

Parents et enfants