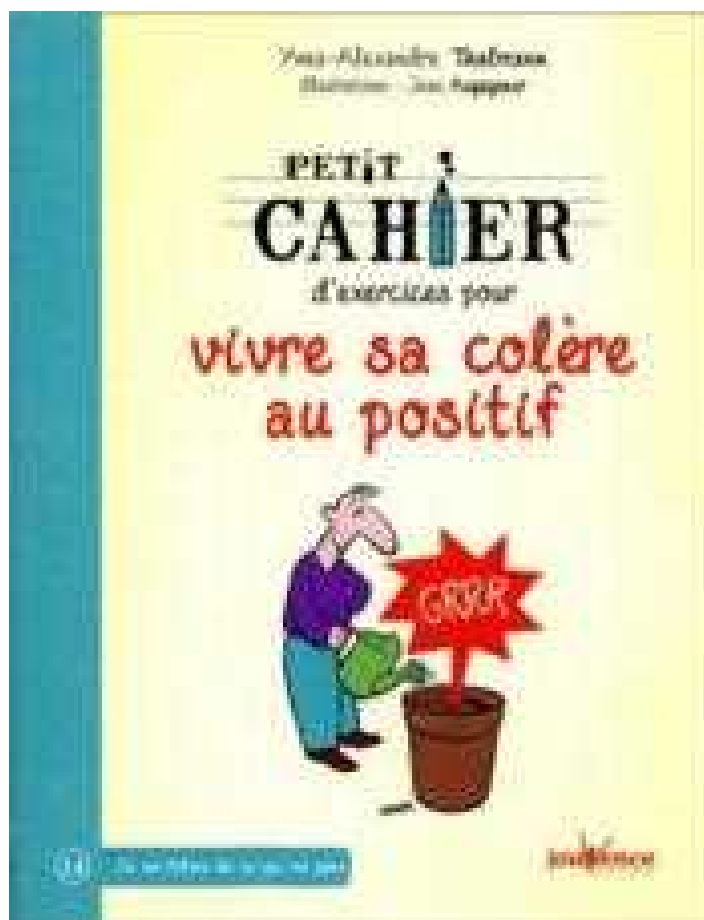


Mots clés: telecharger Petit Cahier D'Exercices ; Pour Vivre Sa Colère Au Positif pdf, Petit Cahier D'Exercices ; Pour Vivre Sa Colère Au Positif mobi, Petit Cahier D'Exercices ; Pour Vivre Sa Colère Au Positif epub gratuitement, Petit Cahier D'Exercices ; Pour Vivre Sa Colère Au Positif torrent, Petit Cahier D'Exercices ; Pour Vivre Sa Colère Au Positif lire en ligne.

Petit Cahier D'Exercices ; Pour Vivre Sa Colère Au Positif PDF

Thalmann, Yves-Alexandre ; Augagneur, Jean



Ceci est juste un extrait du livre de Petit Cahier D'Exercices ; Pour Vivre Sa Colère Au Positif. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Thalmann, Yves-Alexandre ; Augagneur, Jean

ISBN-10: 9782889117529

Langue: Français

Taille du fichier: 4024 KB

LA DESCRIPTION

On se méfie de la colère, cette émotion fondamentale et universelle que chacun côtoie dès la petite enfance. Pourtant, la colère n'est en soi ni bonne, ni mauvaise. Elle participe à briser les obstacles qui se dressent devant nous et nous menacent, elle permet d'opérer des changements autour de nous, et a souvent été à l'origine de bien des changements sociétaux. Energie moteur, c'est son expression et son utilisation qui font toute la différence ! Cessons de la juger pour l'utiliser plutôt de manière constructive ! Par le biais de ses quiz, réflexions, dessins, tests et stratégies, ce petit cahier d'exercices vous guidera sur le chemin de votre réconciliation avec la colère. Vous apprendrez à vous servir de son énergie sans succomber à la violence. Et surtout, à désamorcer les multiples contrariétés qui émaillent le quotidien, à rincer votre vie de tous les agacements inutiles qui la minent.... Lire la suite" Rien ni personne ne peut vous énerver, si ce n'est vous-même ! " Yves-Alexandre Thalmann

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Vous allez découvrir des méthodes diverses et variées pour comprendre et mieux vivre votre colère lorsqu'elle se présente. Comment ? Ouvrez cet ouvrage !

On se méfie de la colère, cette émotion fondamentale et universelle que chacun côtoie dès la petite enfance. Pourtant, la colère n'est en soi ni bonne, ni mauvaise.

Découvrez Petit cahier d'exercices pour vivre sa colère au positif le livre de Yves-Alexandre Thalmann sur decitre.fr - 3ème libraire sur Internet avec 1 million ...

PETIT CAHIER D'EXERCICES ; POUR VIVRE SA COLÈRE AU POSITIF

[Lire la suite...](#)