

Se libérer du regard des autres PDF

Rosset, Edith



Ceci est juste un extrait du livre de Se libérer du regard des autres. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Rosset, Edith
ISBN-10: 9782889530748
Langue: Français
Taille du fichier: 2532 KB

LA DESCRIPTION

Vous avez tendance à accorder plus d'importance au regard des autres qu'à vos besoins fondamentaux?? La compétition, la performance, l'apparence et la critique font partie de votre quotidien?? Vous en avez assez des faux-semblants et des sourires de façade?? La matrice B.O.L.E. vous aidera à libérer vos potentiels, à assumer vos propres valeurs et à trouver le courage de réaliser vos projets les plus précieux. Elle vous guidera vers quatre vertus essentielles à votre équilibre?: la bienveillance, l'ouverture d'esprit, l'approche ludique et l'engagement. Créée par l'auteure, cette nouvelle méthode thérapeutique est basée sur le savoir-exprimer, le savoir-faire, le savoir-être et le savoir-vivre. Cet ouvrage fortement documenté représente un formidable outil de développement personnel menant à l'observation, l'acceptation puis la transformation de soi.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Et si l'approbation d'autrui n'avait plus d'importance, que se passerait-il ? A quoi ressemblerait notre vie ? Cessons de nous poser la question et ayons le courage ...

Débarrassez-vous de la peur du regard des autres une fois pour toute ! ... 7 Étapes Simples pour se Libérer de la Culpabilité Toxique;

Voici les sept meilleures techniques concrètes pour se libérer du regard des autres et qui marchent si vous les appliquez avec assiduité ! La première solution ...

SE LIBÉRER DU REGARD DES AUTRES

[Lire la suite...](#)