



Petit cahier d'exercices pour surmonter la jalousie

Yves-Alexandre Thalmann

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Petit cahier d'exercices pour surmonter la jalousie Yves-Alexandre Thalmann

 [Download](#) Petit cahier d'exercices pour surmonter la jalousi ...pdf

 [Read Online](#) Petit cahier d'exercices pour surmonter la jalou ...pdf

Petit cahier d'exercices pour surmonter la jalousie

Yves-Alexandre Thalmann

Petit cahier d'exercices pour surmonter la jalousie Yves-Alexandre Thalmann

Téléchargez et lisez en ligne **Petit cahier d'exercices pour surmonter la jalousie Yves-Alexandre Thalmann**

63 pages

Présentation de l'éditeur

"Moi, jaloux(se) ? Pas du tout ! C'est juste que je l'aime et ne voudrais pas la (le) perdre..." Qu'il est difficile de s'avouer jaloux ! Et pourtant, le sentiment est bel et bien là, au coeur de notre vie et au coeur de nos amours. Autant dès lors apprendre à le connaître et à l'accepter. Car c'est bien là le point de départ pour parvenir à surmonter la jalousie. Ce Petit cahier d'exercices, grâce à ses conseils pratiques, ses réflexions ludiques, ses dessins et ses quiz, vous aidera à mettre votre jalousie au tapis ! Au programme : apprivoiser la confiance, faire connaissance avec la jalousie, ses manifestations, ses symptômes, comprendre son fonctionnement, développer des stratégies pour s'en libérer et lui ôter définitivement son pouvoir ! "Quelle fierté de voir la jalousie diminuer progressivement avec le temps et les efforts ! Le jeu en vaut la chandelle."

Biographie de l'auteur

Yves-Alexandre Thalmann, psychologue et formateur en Suisse Romande, est l'auteur de nombreux ouvrages de psychologie pratique et de développement personnel dont, aux éditions Jouvence, Au diable la culpabilité, Devenir âme soeur, Comparez-vous et vous serez heureux !, Petit cahier d'exercices de la gratitude... Il s'intéresse notamment à la communication interpersonnelle, tout particulièrement au sein du couple.

Download and Read Online Petit cahier d'exercices pour surmonter la jalousie Yves-Alexandre Thalmann #045MNG86WHB

Lire Petit cahier d'exercices pour surmonter la jalousie par Yves-Alexandre Thalmann pour ebook en ligne Petit cahier d'exercices pour surmonter la jalousie par Yves-Alexandre Thalmann Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Petit cahier d'exercices pour surmonter la jalousie par Yves-Alexandre Thalmann à lire en ligne. Online Petit cahier d'exercices pour surmonter la jalousie par Yves-Alexandre Thalmann ebook Téléchargement PDF Petit cahier d'exercices pour surmonter la jalousie par Yves-Alexandre Thalmann Doc Petit cahier d'exercices pour surmonter la jalousie par Yves-Alexandre Thalmann Mobipocket Petit cahier d'exercices pour surmonter la jalousie par Yves-Alexandre Thalmann EPub

045MNG86WHB045MNG86WHB045MNG86WHB