

Etes-vous votre pire ennemi ? : 21 clés pour se libérer de l'auto-sabotage, devenez votre plus grand allié

Ana Sandra

Etes-vous votre pire ennemi ? : 21 clés pour se libérer de l'auto-sabotage, devenez votre plus grand allié Ana Sandra

Téléchargez et lisez en ligne Etes-vous votre pire ennemi ? : 21 clés pour se libérer de l'auto-sabotage, devenez votre plus grand allié Ana Sandra

160 pages

Présentation de l'éditeur

Avez-vous l'impression parfois d'être votre pire ennemi ? A quelles occasions l'êtes-vous, et pourquoi ? Et surtout quelles solutions s'offrent à vous ? L'auto-sabotage est l'ensemble des comportements, des habitudes et des attitudes qu'une personne possède, et qui l'empêchent d'avoir la vie à laquelle elle aspire. Ces comportements lui nuisent. Ils sont plus au moins conscients et pèsent lourd à l'heure de retrouver notre bonheur et notre liberté d'être, d'aimer, d'avoir des relations saines avec nous-même et les autres. Dans cet ouvrage, l'auteur explore en profondeur ce sujet jusqu'ici peu traité de l'auto-sabotage, en explorant ses origines et ses différents types. Elle nous donne aussi de précieuses pistes pour nous aider à nous en sortir et un ensemble de clés très pratiques et concrètes, destinés, à devenir rapidement, nos plus grands alliés !

Biographie de l'auteur

Ana Sandra est thérapeute et coach intuitive. Elle vit en France depuis 15 ans, et est née au Venezuela. Mère de 3 enfants, elle maîtrise plusieurs types de thérapie, mais sa spécialité est la guérison des blessures émotionnelles. Elle a fait de son évolution et de celles des autres, une passion et une mission. Elle est aussi la fondatrice du «Sommet de la Conscience», et anime des ateliers en France et à l'étranger.

Download and Read Online Etes-vous votre pire ennemi ? : 21 clés pour se libérer de l'auto-sabotage, devenez votre plus grand allié Ana Sandra #EIKR9ZU43TJ

Lire Etes-vous votre pire ennemi ? : 21 clés pour se libérer de l'auto-sabotage, devenez votre plus grand allié par Ana Sandra pour ebook en ligne Etes-vous votre pire ennemi ? : 21 clés pour se libérer de l'auto-sabotage, devenez votre plus grand allié par Ana Sandra 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 Etes-vous votre pire ennemi ? : 21 clés pour se libérer de l'auto-sabotage, devenez votre plus grand allié par Ana Sandra à lire en ligne. Online Etes-vous votre pire ennemi ? : 21 clés pour se libérer de l'auto-sabotage, devenez votre plus grand allié par Ana Sandra ebook Téléchargement PDF Etes-vous votre pire ennemi ? : 21 clés pour se libérer de l'auto-sabotage, devenez votre plus grand allié par Ana Sandra Doc Etes-vous votre pire ennemi ? : 21 clés pour se libérer de l'auto-sabotage, devenez votre plus grand allié par Ana Sandra Mobipocket Etes-vous votre pire ennemi ? : 21 clés pour se libérer de l'auto-sabotage, devenez votre plus grand allié par Ana Sandra Epub

EIKR9ZU43TJEIKR9ZU43TJEIKR9ZU43TJ