


Guérir de ses blessures affectives

John Gray

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Guérir de ses blessures affectives John Gray

 [Telecharger Guérir de ses blessures affectives ...pdf](#)

 [Lire en Ligne Guérir de ses blessures affectives ...pdf](#)

Guérir de ses blessures affectives

John Gray

Guérir de ses blessures affectives John Gray

Téléchargez et lisez en ligne Guérir de ses blessures affectives John Gray

264 pages

Présentation de l'éditeur

Que ce soit dans nos relations de couple, familiales (parents, enfants...), amicales ou professionnelles, nous répétons tous sans en avoir conscience des schémas comportementaux qui nous sont nuisibles. Ils sont l'héritage d'un conditionnement social ou de blessures affectives qui nous ont poussés à enterrer nos émotions négatives dans notre inconscient. Or, à force de réprimer nos émotions négatives, on finit aussi par perdre contact avec nos émotions positives, comme l'amour de soi et des autres !

Comment faire pour lutter contre l'auto-dépréciation ?

Comment gérer les tensions quotidiennes et éviter de se laisser dévorer par la rancœur ?

Pourquoi est-on en colère ? Comment exploiter les ressorts de cette émotion pour aller mieux ?

Comment renouer le dialogue et faire la paix avec les gens qui nous ont blessés ?

Comment désamorcer la colère d'une personne que l'on a blessée ?

Comment notre passé affectif nous empêche-t-il d'être heureux en couple et d'entretenir de bonnes relations avec nos enfants ? Biographie de l'auteur

John GRAY, né à Houston en 1951, est un essayiste américain, auteur de livres de développement personnel.

Il a atteint la célébrité avec la publication en 1992 de son best-seller Les hommes viennent de Mars, les femmes viennent de Vénus.

Download and Read Online Guérir de ses blessures affectives John Gray #6LQ13FO8BJ0

Lire Guérir de ses blessures affectives par John Gray pour ebook en ligneGuérir de ses blessures affectives par John Gray 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 Guérir de ses blessures affectives par John Gray à lire en ligne.Online Guérir de ses blessures affectives par John Gray ebook Téléchargement PDFGuérir de ses blessures affectives par John Gray DocGuérir de ses blessures affectives par John Gray MobipocketGuérir de ses blessures affectives par John Gray EPub

6LQ13FO8BJ06LQ13FO8BJ06LQ13FO8BJ0