

Fais-toi confiance: Livre audio - 1 CD MP3 - Nouvelle édition MP3 - 266 Mo

Isabelle Filliozat

Fais-toi confiance: Livre audio - 1 CD MP3 - Nouvelle édition MP3 - 266 Mo Isabelle Filliozat

Téléchargez et lisez en ligne Fais-toi confiance: Livre audio - 1 CD MP3 - Nouvelle édition MP3 - 266 Mo Isabelle Filliozat

193 pages

Revue de presse

« Un livre magnifique nous explique comment devenir soi, ce qui semble être l'une des clés du bien-être aujourd'hui. » *France Soir*

Présentation de l'éditeur

Qui n'a jamais prononcé ces mots : « Je manque de confiance en moi ? » Incapacité de choisir, de s'affirmer, peur du rejet, de ne pas savoir, de l'avenir ou des autres, doutes concernant ses connaissances ou sa popularité, qu'est-ce au juste que la confiance en soi ? Isabelle Filliozat brise quelques idées reçues et nous guide vers une meilleure compréhension de nos réactions. Avec son habituelle clarté, elle propose aussi des exercices pour être à l'aise avec soi-même, avec les autres et percer les secrets de ceux dont on envie l'assurance. Que vous manquiez de sécurité intérieure ou de confiance en vos compétences, vous apprendrez à vous aimer un peu plus chaque jour. Biographie de l'auteur

Isabelle Filliozat est psychologue clinicienne et psychothérapeute. Elle est l'auteure de nombreux best-sellers parmi lesquels *L'Intelligence du coeur*, *Je t'en veux, je t'aime* et *Il n'y a pas de parent parfait*, tous publiés chez Lattès.

Comédienne et musicienne, Claire Benoit mène un parcours artistique singulier.

La recherche et le travail du théâtre et de la musique permettent de rencontrer un enrichissement permanent de l'un et de l'autre, à travers la création, l'interprétation ou la commande d'une œuvre. Au théâtre, elle apporte la musique, et à la musique, elle donne les mots.

Download and Read Online Fais-toi confiance: Livre audio - 1 CD MP3 - Nouvelle édition MP3 - 266 Mo
Isabelle Filliozat #82SA7XL6HYC

Lire Fais-toi confiance: Livre audio - 1 CD MP3 - Nouvelle édition MP3 - 266 Mo par Isabelle Filliozat pour ebook en ligne Fais-toi confiance: Livre audio - 1 CD MP3 - Nouvelle édition MP3 - 266 Mo par Isabelle Filliozat 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 Fais-toi confiance: Livre audio - 1 CD MP3 - Nouvelle édition MP3 - 266 Mo par Isabelle Filliozat à lire en ligne. Online Fais-toi confiance: Livre audio - 1 CD MP3 - Nouvelle édition MP3 - 266 Mo par Isabelle Filliozat ebook Téléchargement PDF Fais-toi confiance: Livre audio - 1 CD MP3 - Nouvelle édition MP3 - 266 Mo par Isabelle Filliozat Doc Fais-toi confiance: Livre audio - 1 CD MP3 - Nouvelle édition MP3 - 266 Mo par Isabelle Filliozat Mobipocket Fais-toi confiance: Livre audio - 1 CD MP3 - Nouvelle édition MP3 - 266 Mo par Isabelle Filliozat EPub

82SA7XL6HYC82SA7XL6HYC82SA7XL6HYC