

Livre

Auteur(s) : Elman, Michelle (Auteur) ;Baleynaud, Romane (Traducteur)

Titre(s) : Etre égoïste, quel bonheur : l'art de poser ses limites / Michelle Elman.

Editeur(s) : Escalquens : Améthyste éditions, 2023. ; impr. en Turquie.

Autres : 1 vol. (273 p.) . illustrations en couleur . 22 x 15 cm

Résumé : En balayant les idées reçues sur l'égoïsme, la coach de vie propose des conseils et des exercices pratiques afin d'apprendre à se servir de ce défaut à bon escient, notamment pour poser des limites dans ses relations, quelles soient professionnelles, amoureuses ou encore familiales. ©Electre 2023.

Notes : Traduit de l'américain. - Tout public.

Sujet(s) : ?oïsme ;Affirmation de soi ;Réalisation de soi

Lien : <https://www.electre.com/GetBlob.ashx?Ean=9782380640335,0-10127006&Size=Original>



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Documentaires	Documentaires	158.1 ELM	Prêt normal	Sorti	Saint-Brieuc - Camus
