

CD Texte lu

Auteur(s) : Engel, Lewis ;Ferguson, Tom ;Montagut, François

Titre(s) : Ces gens qui se sentent coupables.

Editeur(s) : Audiolib, 2011.

Autres : 1 d.c. . MP3

Résumé : Bon nombre des problèmes psychologiques s'enracinent dans la culpabilité que l'on éprouve inconsciemment à l'égard des êtres qui nous sont chers. L'amour et les soins attentifs reçus dans l'enfance au détriment d'un autre membre de la famille, l'indépendance durement conquise, l'impossibilité de répondre aux attentes de nos proches ne sont que quelques-unes des fautes dont nous avons pu nous sentir coupables à un moment ou à un autre de notre vie. Si vous avez tendance à endosser les problèmes du monde entier ou à vous sentir obligé de combler les attentes de tout un chacun, il est grand temps d'y mettre fin. Ce livre audio vous propose divers moyens d'identifier les causes d'un tel comportement et de vous en libérer avant qu'il n'entrave sérieusement votre épanouissement personnel. Tonique et chaleureuse, la voix de François Montagut fait merveille pour dédramatiser ces situations dont nous nous laissons trop souvent accabler...

Lien : http://www.gamannecy.com/upload/albums/201107/9782356414007_thumb.jpg



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Livres audio	650 *ENG*	Prêt normal	Disponible	Plaintel