

Livre

Auteur(s) : Filliozat, Isabelle (Auteur)

Titre(s) : Fais-toi confiance ou Comment être à l'aise en toutes circonstances / Isabelle Filliozat.

Editeur(s) : Paris : J. C. Lattès, impr. 2005 (18-Saint-Amand-Montrond : Impr. Bussière).

Autres : 1 vol. (239 p.) . couv. ill. . 23 cm

Résumé : L'auteure propose des exercices pour aider le lecteur incapable de choisir, de s'affirmer, d'être rejeter ou ayant peur de l'avenir, à apprendre à s'aimer, à se sentir en sécurité intérieure et à avoir confiance en ses compétences, et être à l'aise avec lui-même et avec les autres.

Sujet(s) : Confiance en soi ;Développement de la personnalité ;Développement personnel ;Maîtrise de soi

Autres titres : Comment être à l'aise en toutes circonstances



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Magasin 1	158.2-FIL	Prêt normal	Disponible	Hillion