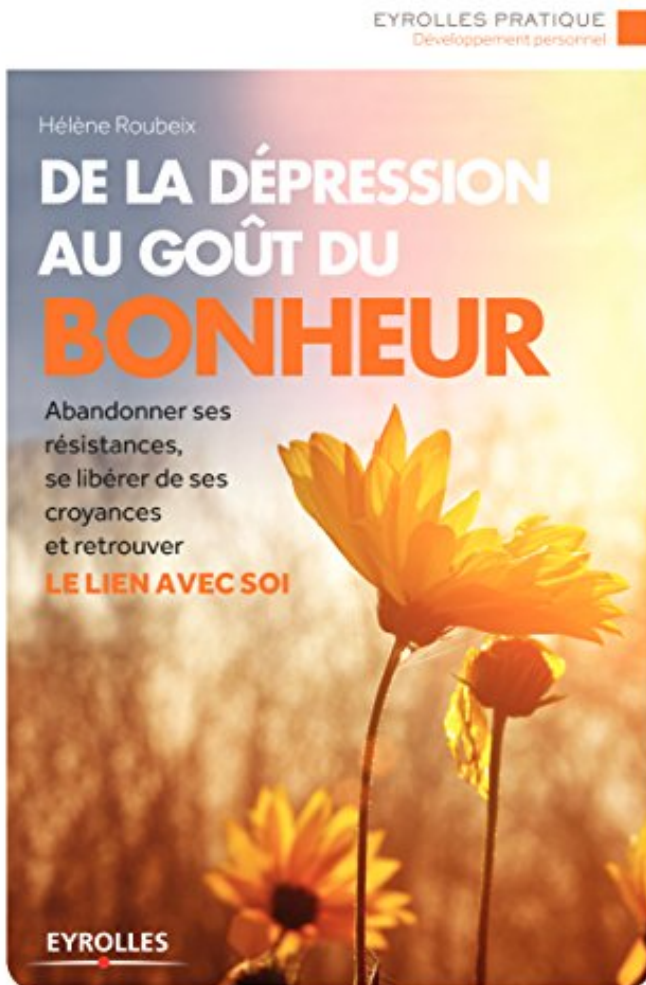


(Read now) File size: 54.Mb

De la dpression au got du bonheur: Abandonner ses rsistances, se librer de ses croyances et retrouver le lien avec soi



Par Hlne Roubeix
ebooks / Download PDF / *ePub / DOC /
audiobook

Dtails sur le produit Rang parmi les ventes
: #17179 dans eBooksPubli le: 2014-11-
20Sorti le: 2014-11-20Format: Ebook
Kindle

(Read now) De la dpression au got du
bonheur: Abandonner ses rsistances, se
librer de ses croyances et retrouver le lien
avec soi

**Par Hlne Roubeix : De la dpression au got
du bonheur: Abandonner ses rsistances, se
librer de ses croyances et retrouver le lien
avec soi** before purchasing it in order to gage
whether or not it would be worth my time, and
all praised De la dpression au got du bonheur:
Abandonner ses rsistances, se librer de ses
croyances et retrouver le lien avec soi:

 Download

 Read Online

Description :

Prsentation de l'diteurLa dpression, divers degrs et sous diffrentes formes, est une souffrance trs rpandue. Il est pourtant toujours difficile de l'accepter: socialement, elle est perue comme une faiblesse, un handicap et personnellement, elle remet en cause l'image que nous voudrions donner de nous-mme. Or, sortir de la dpression suppose d'abord d'abandonner ses rsistances pour retrouver le lien avec soi.En s'appuyant sur des exemples vivants et sur son exprience de psychothrapeute, Hlne Roubeix nous propose une lecture positive de la dpression: en tant qu'tape vers la connaissance et l'acceptation de soi, la dpression nous met sur la voie

du bonheur! Solide, accessible et bien crit, cet ouvrage accompagne le lecteur dans une dmarche thrapeutique libratrice. Un propos bienfaisant Une vision positive Un ton sensible Prsentation de l'diteur La dpression, divers degrs et sous diffrentes formes, est une souffrance trs rpandue. Il est pourtant toujours difficile de l'accepter: socialement, elle est perue comme une faiblesse, un handicap et personnellement, elle remet en cause l'image que nous voudrions donner de nous-mme. Or, sortir de la dpression suppose d'abord d'abandonner ses rsistances pour retrouver le lien avec soi. En s'appuyant sur des exemples vivants et sur son experience de psychothrapeute, Hlne Roubex nous propose une lecture positive de la dpression: en tant qu'tape vers la connaissance et l'acceptation de soi, la dpression nous met sur la voie du bonheur! Solide, accessible et bien crit, cet ouvrage accompagne le lecteur dans une dmarche thrapeutique libratrice. Un propos bienfaisant Une vision positive Un ton sensible Biographie de l'auteur Helne Roubex est psychothrapeute et formatrice. Elle o fonde et dirige en rgion parisienne l'Ecole de PNL humaniste, qui enseigne la PNL et forme des psychothrapeutes. Elle est galemment l'auteur de trois autres livres : Le corps messenger (avec Isabelle Filliozot, aux ditions Descle de Brouwer et La Mridienne), A la rencontre de soi (aux difions Anne Carrire) et De la dpendance amoureuse la libert d'aimer (aux ditions Eyrolles).