

Livre

Auteur(s) : Filliozat, Isabelle (Auteur)

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

Editeur(s) : impr. en Espagne) ; Vanves : Marabout, DL 2019.

Collection(s) : (Poche Marabout : développement personnel).

Résumé : De nombreux témoignages et des exercices ciblés pour être bien avec soi-même et avec les autres au quotidien. 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. Ce livre vous permettra d'avoir confiance en vos compétences."

Sujet(s) : Confiance en soi



Exemplaires

Bibliothèque	Espace	Emplacemen t	Support	Cote	Utilisation	Situation	Date de retour	Consultation
Jacques- Mourichon	Adulte		Livre	158.1 FIL	Prêt normal	Sorti	21/06/2023	