



Le guide du mieux-être : Bien choisir sa thérapie

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Le guide du mieux-être : Bien choisir sa thérapie

Gilles Prod'homme

Le guide du mieux-être : Bien choisir sa thérapie Gilles Prod'homme

 [Télécharger Le guide du mieux-être : Bien choisir sa thérapie ...pdf](#)

 [Lire en ligne Le guide du mieux-être : Bien choisir sa thérapie ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne **Le guide du mieux-être : Bien choisir sa thérapie** Gilles Prod'homme

289 pages

Présentation de l'éditeur

Le développement personnel, c'est quoi exactement ? Quelles techniques doit-on utiliser pour aller mieux, s'épanouir ? Qu'ont dit et écrit les thérapeutes fondateurs ? Qu'ont-ils découvert de si novateur pour nous ? Où faut-il s'adresser pour pratiquer ? Comment distinguer les bons des mauvais thérapeutes et éviter le piège des sectes ? Combien de temps durent vraiment les thérapies ? Pour quelle efficacité et quel coût ? Comment évaluer les résultats ? Doit-on être assisté par un thérapeute ou peut-on travailler en solo ? Recensement minutieux et mise en pratique des méthodes de développement personnel citées ont permis à Gilles Prod'homme de concocter cet ouvrage et de répondre de manière claire, simple et directe à ces questions essentielles. Ce guide pratique offre : un repérage historique précis sur l'apparition du développement personnel, une présentation critique des concepts indispensables pour choisir ensuite la thérapie la mieux adaptée, un regard objectif et lucide sur ce que chacun peut raisonnablement attendre de l'épanouissement personnel et de ses techniques, des anecdotes, traits d'humour, conseils, retours d'expérience et des exercices à pratiquer chez soi. En un mot, Le Guide du mieux-être est le livre-ami qu'on attendait tous. Biographie de l'auteur

Journaliste et sociologue de formation, Gilles Prod'homme travaille de longue date dans la presse économique et financière. Il est l'auteur d'une dizaine d'ouvrages consacrés au développement personnel, au management et plus récemment, à la philosophie.

Download and Read Online **Le guide du mieux-être : Bien choisir sa thérapie** Gilles Prod'homme
#XRV4S31JW70

Lire Le guide du mieux-être : Bien choisir sa thérapie par Gilles Prod'homme pour ebook en ligneLe guide du mieux-être : Bien choisir sa thérapie par Gilles Prod'homme Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Le guide du mieux-être : Bien choisir sa thérapie par Gilles Prod'homme à lire en ligne.Online Le guide du mieux-être : Bien choisir sa thérapie par Gilles Prod'homme ebook Téléchargement PDFLe guide du mieux-être : Bien choisir sa thérapie par Gilles Prod'homme DocLe guide du mieux-être : Bien choisir sa thérapie par Gilles Prod'homme MobipocketLe guide du mieux-être : Bien choisir sa thérapie par Gilles Prod'homme EPub

XRV4S31JW70XRV4S31JW70XRV4S31JW70