



Renoncer à la dépendance affective

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

Renoncer à la dépendance affective

Catherine Dupont

Renoncer à la dépendance affective Catherine Dupont

 [Télécharger Renoncer à la dépendance affective ...pdf](#)

 [Lire en ligne Renoncer à la dépendance affective ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Renoncer à la dépendance affective Catherine Dupont

294 pages

Présentation de l'éditeur

Nous voulons tous deux choses essentielles que sont l'amour et la liberté. Pourtant, il existe parfois une impression d'aliénation dans les relations amoureuses, cette peur de se perdre dans l'autre et/ou de perdre l'autre. Quels ravages cette peur peut-elle induire dans l'estime de soi et quelles solutions s'ouvrent à nous au contact de l'autre ? À quoi sert d'être aimé s'il faut pour cela porter constamment le masque du chat (réservé, sauvage et indépendant) ou celui du chien (tendre, docile et disponible). D'autant que nombreux sont les chiens qui se travestissent en chat et inversement.

Ce livre original donne des solutions concrètes pour sortir de la dépendance affective :

- Définition des dépendances affectives en couple, mais aussi en famille, au travail ou en amitié.
- Deux types principaux sont décrits : désirophobique (ou culpabilisé) et désirophage (ou abandonnique).

Deux tests permettent de s'y reconnaître clairement.

- Quelles conséquences au quotidien, quels effets physiques de la dépendance affective ?
- Comment comprendre, accepter puis changer pour devenir libre dans ses relations et devenir soi ?
- Des exemples concrets et l'histoire d'un couple qui revient en fil conducteur pour expliquer les mécanismes en jeu.

Biographie de l'auteur

Ex-enseignante, Catherine Dupont est aujourd'hui psychothérapeute en cabinet privé où elle anime également des stages et des conférences autour de la dépendance affective, de l'affirmation de soi et du positionnement.

Download and Read Online Renoncer à la dépendance affective Catherine Dupont #O3W8LDCTSX9

Lire Renoncer à la dépendance affective par Catherine Dupont pour ebook en ligne Renoncer à la dépendance affective par Catherine Dupont 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 Renoncer à la dépendance affective par Catherine Dupont à lire en ligne. Online Renoncer à la dépendance affective par Catherine Dupont ebook Téléchargement PDF Renoncer à la dépendance affective par Catherine Dupont Doc Renoncer à la dépendance affective par Catherine Dupont Mobipocket Renoncer à la dépendance affective par Catherine Dupont EPub

O3W8LDCTSX9O3W8LDCTSX9O3W8LDCTSX9