

Télécharger Livres Gratuit Le Burn-out parental (PDF | ePub | Mobi) Moïra Mikolajczak download-free

MOÏRA MIKOLAJCZAK
ISABELLE ROSKAM

LE BURN-OUT PARENTAL

L'ÉVITER ET S'EN SORTIR



Vous voulez être un bon parent, bienveillant, attentif, chaleureux, disponible. En un mot, parfait ! En réalité, vous culpabilisez de ne pas passer assez de temps auprès de vos enfants, de ne pas les avoir assez écoutés, de vous être emporté pour trois fois rien...

Ce livre s'adresse à tous les parents épuisés qui cherchent à comprendre ce qu'est le burn-out parental, à quel point ils en sont proches ou éloignés, comment ils en sont arrivés là. Et, surtout, comment s'en sortir et éviter que cela se produise à nouveau.

Des éclairages et des témoignages issus de plusieurs études de terrain vont vous aider à mieux comprendre la manière dont le burn-out parental se développe et quelles sont ses conséquences. Des tests pratiques vous permettront de faire le point sur votre situation personnelle, et des conseils concrets vous aideront à reprendre le dessus.

Un livre pour retrouver des forces et savourer à nouveau la joie d'être parent.

Moïra Mikolajczak et Isabelle Roskam sont toutes les deux docteurs en psychologie, professeures à l'Université de Louvain et directrices de recherche. Isabelle Roskam consulte dans le domaine de la parentalité et Moïra Mikolajczak dans le domaine du stress et du burn-out. Ces deux chercheuses viennent de clôturer six études de terrain sur le burn-out parental.

Title	:	Le Burn-out parental
Author	:	Moïra Mikolajczak
Catégorie	:	Famille - parents
Sortie	:	18 janv. 2017
Éditeur	:	Odile Jacob
Pages	:	192
Langue	:	Français
File Size	:	1.18MB

[Télécharger Livres Gratuit Le Burn-out parental \(PDF | ePub | Mobi\) Moïra Mikolajczak download-free](#)

Télécharger Livres Gratuit Le Burn-out parental (PDF | ePub | Mobi) Moïra Mikolajczak download-free

[Télécharger Livres Gratuit Le Burn-out parental \(PDF | ePub | Mobi\) Moïra Mikolajczak download-free](#)

LE BURN-OUT PARENTAL PDF - Are you looking for eBook Le Burn-out parental PDF? You will be glad to know that right now Le Burn-out parental PDF is available on our online library. With our online resources, you can find Le Burn-out parental or just about any type of ebooks, for any type of product.

Best of all, they are entirely free to find, use and download, so there is no cost or stress at all. Le Burn-out parental PDF may not make exciting reading, but Le Burn-out parental is packed with valuable instructions, information and warnings. We also have many ebooks and user guide is also related with Le Burn-out parental PDF and many other ebooks.

We have made it easy for you to find a PDF Ebooks without any digging. And by having access to our ebooks online or by storing it on your computer, you have convenient answers with Le Burn-out parental PDF. To get started finding Le Burn-out parental, you are right to find our website which has a comprehensive collection of manuals listed.

Our library is the biggest of these that have literally hundreds of thousands of different products represented. You will also see that there are specific sites catered to different product types or categories, brands or niches related with Applied Numerical Methods With Matlab Solution Manual 3rd Edition PDF. So depending on what exactly you are searching, you will be able to choose ebooks to suit your own needs.

Here is the access Download Page of LE BURN-OUT PARENTAL PDF, click this link to download or read online:

[Télécharger Livres Gratuit Le Burn-out parental \(PDF | ePub | Mobi\) Moïra Mikolajczak download-free](#)

1000 livres les plus vendus [GRATUIT]