

Honte

[voir aussi « La compassion de soi »]

1. *Apprivoiser sa honte*
Ronald Potter-Efron et Patricia Potter-Efron; 1993
2. *S'affranchir de la honte*
John Bradshaw; 2015
3. *Dépasser la honte : comment passer de « que vont penser les gens? » à « je suis comme je suis »*
Brené Brown; 2015
4. *Pouvoir de la vulnérabilité : la vulnérabilité est une force qui peut transformer votre vie*
Brené Brown; 2014
5. *À qui ferais-je de la peine si j'étais moi-même? Comment renoncer à nos autosaboteurs*
Jacques Salomé; 2010
6. *La grâce de l'imperfection – Lâchez prise sur ce que vous pensez devoir être et soyez qui vous êtes*
Brené Brown; 2018
7. *Braver sa nature sauvage – La quête d'une véritable appartenance et le courage de se tenir debout*
Brené Brown; 2019
8. *Imparfaits, libres et heureux: Pratiques de l'estime de soi*
Christophe André; 2018
9. *Les 5 blessures qui empêchent d'être soi-même*
Lise Bourbeau; 2012

*

*

*