



Grrr !!! Comment surmonter ta colère : Guide pratique pour enfants colériques

Elizabeth Verdick, Marjorie Lisovskis

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Grrr !!! Comment surmonter ta colère : Guide pratique pour enfants colériques Elizabeth Verdick, Marjorie Lisovskis

 [Telecharger Grrr !!! Comment surmonter ta colère : Guide pratique ...pdf](#)

 [Lire en Ligne Grrr !!! Comment surmonter ta colère : Guide pratiqu ...pdf](#)

Grrr !!! Comment surmonter ta colère : Guide pratique pour enfants colériques

Elizabeth Verdick, Marjorie Lisovskis

Grrr !!! Comment surmonter ta colère : Guide pratique pour enfants colériques Elizabeth Verdick,
Marjorie Lisovskis

Téléchargez et lisez en ligne Grrr !!! Comment surmonter ta colère : Guide pratique pour enfants colériques Elizabeth Verdick, Marjorie Lisovskis

117 pages

Présentation de l'éditeur

Tu es souvent "fru" ? Tes parents et tes amis te tombent sûrs les nerfs ? Pas de panique : c'est normal d'éprouver de la colère. Par contre, ce qui est anormal, c'est de laisser TOUTE la place à ta colère. Alors, si tu as des problèmes avec ta colère, si tu es très souvent de mauvaise humeur, si tu t'emportes contre les autres à la vitesse de l'éclair, si tu casses tout dès que tu es fâché... Il faut apprendre à maîtriser ta colère pour ne pas qu'elle gâche ta vie ou celle des autres. Parce que vois-tu, avoir un tempérament colérique, ce n'est vraiment pas cool ! Mais ne t'inquiète pas : tu es capable de dominer ta colère. Ce petit guide pratique, conçu spécialement pour toi, te propose justement des moyens efficaces pour y parvenir. Tu découvriras : cinq étapes pour modérer ta mauvaise humeur ; six étapes pour résoudre les problèmes de colère ; des indices pour connaître tes "boutons de colère " et les "signes d'avertissement" physiques de ta colère ; des façons de décompresser et de te calmer ; le mode d'emploi de ton "radar de la colère" ; ce que tu peux faire quand des adultes se mettent en colère ; et bien d'autres stratégies utiles !

Download and Read Online Grrr !!! Comment surmonter ta colère : Guide pratique pour enfants colériques Elizabeth Verdick, Marjorie Lisovskis #IGCQ3R7S1EL

Lire Grrr !!! Comment surmonter ta colère : Guide pratique pour enfants colériques par Elizabeth Verdick, Marjorie Lisovskis pour ebook en ligneGrrr !!! Comment surmonter ta colère : Guide pratique pour enfants colériques par Elizabeth Verdick, Marjorie Lisovskis 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 Grrr !!! Comment surmonter ta colère : Guide pratique pour enfants colériques par Elizabeth Verdick, Marjorie Lisovskis à lire en ligne. Online Grrr !!! Comment surmonter ta colère : Guide pratique pour enfants colériques par Elizabeth Verdick, Marjorie Lisovskis ebook Téléchargement PDFGrrr !!! Comment surmonter ta colère : Guide pratique pour enfants colériques par Elizabeth Verdick, Marjorie Lisovskis DocGrrr !!! Comment surmonter ta colère : Guide pratique pour enfants colériques par Elizabeth Verdick, Marjorie Lisovskis MobipocketGrrr !!! Comment surmonter ta colère : Guide pratique pour enfants colériques par Elizabeth Verdick, Marjorie Lisovskis EPub
IGCQ3R7S1ELIGCQ3R7S1ELIGCQ3R7S1EL