



Rendez-moi mon ex !: Retrouvez-vous avant de retrouver votre ex

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**


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

Rendez-moi mon ex !: Retrouvez-vous avant de retrouver votre ex

Prune QUELLIEN

Rendez-moi mon ex !: Retrouvez-vous avant de retrouver votre ex Prune QUELLIEN

 [Télécharger Rendez-moi mon ex !: Retrouvez-vous avant de retro ...pdf](#)

 [Lire en ligne Rendez-moi mon ex !: Retrouvez-vous avant de ret ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne **Rendez-moi mon ex !: Retrouvez-vous avant de retrouver votre ex Prune QUELLIEN**

Format: Ebook Kindle

Présentation de l'éditeur

Retrouvez-vous avant de retrouver votre ex

Avant d'être auteure et coach pour individus et couples, Prune Quellien était rédactrice. Elle pilote depuis 2010 le site www.rendezmoimoncouple.com et donne des consultations en ligne et à son cabinet à Paris.

Le mot de l'auteure :

« On n'est jamais plus attirant que quand on est bien dans sa peau », dit-on. Sauf que, quand on subit une rupture, on est on ne peut plus mal dans sa peau ! Comment se plaire à nouveau et re-plaire à celui ou celle qu'on aime encore ? "Rendez-moi mon ex !" a été écrit par une spécialiste des situations de ruptures amoureuses. Sa force : il est en partie autobiographique et repose sur un constat : oui, on peut renouer avec son ex, mais on doit d'abord s'en « désintoxiquer ».

Après la sortie de mon dernier livre, "Rendez-moi mon couple !", j'ai fait face à une demande grandissante de personnes décidées à reconquérir leur ex, mais fatiguées des méthodes américaines. Celles qui ont réussi ont appliqué une technique imparable : le virage à 180° ! Après l'addiction à l'ex, l'autonomie enfin retrouvée ! Préparez-vous : la reconquête est une course de fond ! Je suis passée par là : j'ai eu droit, moi aussi, à ma grosse rupture et j'ai terrassé la dépendance affective... non sans mal.

Ce guide est le fruit de mon travail quotidien. Il repose à 50% sur mon expérience personnelle, 50% sur l'écoute active de mes consultants, et vous accompagne sur 7 étapes : du jour de la rupture à celui du premier rendez-vous avec votre ex... et au-delà. Que se passe-t-il après le premier RDV ? Et si ça ne marchait pas ? Suis-je dépendant affectivement de mon ex ? Comment se sortir de cette dépendance ? Semaine après semaine, vous oscillerez entre périodes de doutes, motivation et montées d'adrénaline... mais la victoire est au bout ! "Rendez-moi mon ex !" vous aide à sortir gagnant de ce jeu de l'oie !

Rendez-moi mon ex ! est un guide pratique. Il contient :

1. Les 7 étapes, de la rupture à l'autonomie amoureuse
2. Ce qu'il faut faire et ne pas faire après une rupture
3. Des idées à utiliser au quotidien pour passer la Période Zéro Contact
4. Un exemple de lettre de réconciliation à envoyer à votre ex après la rupture
5. Des témoignages de mes consultants et de leurs conclusions
6. Des trucs et astuces, des suggestions pratiques
7. Des conseils en Communication NonViolente, avec divers exemples. Présentation de l'éditeur

Retrouvez-vous avant de retrouver votre ex

Avant d'être auteure et coach pour individus et couples, Prune Quellien était rédactrice. Elle pilote depuis 2010 le site www.rendezmoimoncouple.com et donne des consultations en ligne et à son cabinet à Paris.

Le mot de l'auteure :

« On n'est jamais plus attirant que quand on est bien dans sa peau », dit-on. Sauf que, quand on subit une rupture, on est on ne peut plus mal dans sa peau ! Comment se plaire à nouveau et re-plaire à celui ou celle qu'on aime encore ? "Rendez-moi mon ex !" a été écrit par une spécialiste des situations de ruptures amoureuses. Sa force : il est en partie autobiographique et repose sur un constat : oui, on peut renouer avec son ex, mais on doit d'abord s'en « désintoxiquer ».

Après la sortie de mon dernier livre, "Rendez-moi mon couple !", j'ai fait face à une demande grandissante de personnes décidées à reconquérir leur ex, mais fatiguées des méthodes américaines. Celles qui ont réussi ont appliqué une technique imparable : le virage à 180° ! Après l'addiction à l'ex, l'autonomie enfin retrouvée ! Préparez-vous : la reconquête est une course de fond ! Je suis passée par là : j'ai eu droit, moi aussi, à ma grosse rupture et j'ai terrassé la dépendance affective... non sans mal.

Ce guide est le fruit de mon travail quotidien. Il repose à 50% sur mon expérience personnelle, 50% sur l'écoute active de mes consultants, et vous accompagne sur 7 étapes : du jour de la rupture à celui du premier rendez-vous avec votre ex... et au-delà. Que se passe-t-il après le premier RDV ? Et si ça ne marchait pas ? Suis-je dépendant affectivement de mon ex ? Comment se sortir de cette dépendance ? Semaine après semaine, vous oscillerez entre périodes de doutes, motivation et montées d'adrénaline... mais la victoire est au bout ! "Rendez-moi mon ex !" vous aide à sortir gagnant de ce jeu de l'oie !

Rendez-moi mon ex ! est un guide pratique. Il contient :

1. Les 7 étapes, de la rupture à l'autonomie amoureuse
2. Ce qu'il faut faire et ne pas faire après une rupture
3. Des idées à utiliser au quotidien pour passer la Période Zéro Contact
4. Un exemple de lettre de réconciliation à envoyer à votre ex après la rupture
5. Des témoignages de mes consultants et de leurs conclusions
6. Des trucs et astuces, des suggestions pratiques
7. Des conseils en Communication NonViolente, avec divers exemples.

Download and Read Online Rendez-moi mon ex !: Retrouvez-vous avant de retrouver votre ex Prune QUELLIEN #Z2HIABNQ5OJ

Lire Rendez-moi mon ex !: Retrouvez-vous avant de retrouver votre ex par Prune QUELLIEN pour ebook en ligneRendez-moi mon ex !: Retrouvez-vous avant de retrouver votre ex par Prune QUELLIEN
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 Rendez-moi mon ex !: Retrouvez-vous avant de retrouver votre ex par Prune QUELLIEN à lire en ligne.Online Rendez-moi mon ex !: Retrouvez-vous avant de retrouver votre ex par Prune QUELLIEN ebook Téléchargement PDFRendez-moi mon ex !: Retrouvez-vous avant de retrouver votre ex par Prune QUELLIEN DocRendez-moi mon ex !: Retrouvez-vous avant de retrouver votre ex par Prune QUELLIEN MobipocketRendez-moi mon ex !: Retrouvez-vous avant de retrouver votre ex par Prune QUELLIEN EPub
Z2HIABNQ5OJZ2HIABNQ5OJZ2HIABNQ5OJ