

Download Bienveillant Avec Soi Même

La bienveillance, un mot qui peut paraître étrange, tant nous sommes pris parfois entre obligations, rythmes effrénés, peurs... L'oubli de soi nous guette et avec lui presque une certaine malveillance envers nous-mêmes. Tweetée par Anne-Claude Benhamiche avec le joli commentaire "c'est un beau jour pour adoucir son regard sur soi", cette vidéo pose une passionnante question: celle de la pertinence du regard que nous posons sur nous-mêmes. Développement. Les expériences vécues par un individu durant sa vie développent l'estime de soi. Des expériences positives peuvent favoriser le regard porté sur soi-même, contrairement aux expériences négatives qui défavorisent le regard porté sur soi-même. Variations de la recette de la limonade maison. Quand j'étais enfant, j'étais fasciné par cette limonade. J'avais très envie de savoir comment faire de la limonade soi-même.