

Enfin une méthode efficace et déculpabilisante pour **une vie familiale apaisée** et dégagée de tout rapport de force !

Ce livre vous donne des solutions et des techniques pour vous permettre d'éduquer vos enfants sans crier et leur apprendre à s'exprimer sans crise de colère :

- **Découvrez tout d'abord les clefs pour déjouer les crises de colère de vos enfants**
- **Déterminez comment construire de bonnes relations avec eux**
- **Trouvez des astuces pour exprimer vos émotions plus sereinement.** Car souvent la colère des uns entraîne ou répond à la colère des autres.

Valérie Roumanoff est l'auteur du blog *Drôle de Maman* et du site www.pourallermieux.com. Elle est hypnothérapeute et formatrice en hypnose ericksonienne et PNL. Son livre *Le Marchand de sable va passer* a été publié aux éditions First.

Portrait auteur : © Astrid Di Crollanza - illustration : Caroline Donadieu



Retrouvez dans ce livre des QR codes
qui renvoient à des séances d'hypnose