



CHARTRE DE L'ESTIME DE SOI

Lorsqu'on progresse dans notre quête du droit d'exister, on s'autorise de plus en plus à avoir des émotions, des besoins et des limites.

Lorsqu'on progresse dans notre quête du droit d'être différentE, on respecte de plus en plus ce qui est important à nos yeux et on apprivoise le risque de perdre.

Lorsqu'on progresse dans notre quête du droit d'être sexuéE, on s'autorise de plus en plus à être attirantE, à être attiréE et à profiter de notre plaisir.

Karène Larocque

*psychologue et psychothérapeute
spécialisée en autodéveloppement*