



Avant j'étais accro au porno: La méthode pour arrêter la pornographie

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

Avant j'étais accro au porno: La méthode pour arrêter la pornographie

Florent Badou

Avant j'étais accro au porno: La méthode pour arrêter la pornographie Florent Badou

 [Télécharger Avant j'étais accro au porno: La méthode po ...pdf](#)

 [Lire en ligne Avant j'étais accro au porno: La méthode ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Avant j'étais accro au porno: La méthode pour arrêter la pornographie Florent Badou

126 pages

Présentation de l'éditeur

La pornographie est omniprésente et nombreux sont ceux qui aimeraient arrêter d'en consommer sans y parvenir. Cette perte de contrôle provoque alors une souffrance personnelle. On parle « d'addiction à la pornographie ». Fort de son expérience, Florent Badou livre ici une méthode concrète et efficace pour aider ceux – de plus en plus nombreux – qui souhaitent arrêter la pornographie. Comme il existe des solutions pour arrêter le tabac, l'alcool, le jeu, en voici une pour arrêter le porno. Et ça marche ! **PRÉSENTATION** Ce livre est une méthode pour arrêter de consommer de la pornographie. Une méthode simple à caractériser, simple à expliquer, simple à comprendre. Il se lit sans difficultés, en une fois, ou par chapitre. Il apporte une aide concrète au changement, à l'arrêt. Plus exactement, une aide à ne pas reprendre, ne pas rechuter. Pouvoir agir sur le phénomène involontaire de la rechute. Voilà l'enjeu. « Ce livre est donc une ressource d'informations et d'aides pour les personnes victimes d'addiction à la pornographie, ainsi que leur entourage, victimes collatérales souvent oubliées. C'est aussi une ressource qu'un thérapeute professionnel des addictions peut partager avec les personnes qui viennent le solliciter pour elles-mêmes ou un proche. » Extrait de la préface du Professeur Marc Auriacombe. **EXTRAIT DE L'AVANT-PROPOS** J'ai été accro à la pornographie et la masturbation pendant quinze ans. J'ai terriblement souffert de cette addiction. Aujourd'hui, je m'en suis libéré. Lorsque j'ai pris conscience de l'ampleur du problème, c'est-à-dire du nombre de personnes concernées par cette dépendance et de leur souffrance, j'ai eu envie de partager avec elles les moyens qui m'ont permis de m'en sortir. Je n'écris pas ces lignes pour m'exhiber ou confesser quoi que ce soit. J'ai rédigé le livre que j'aurais voulu lire lorsque j'étais addict à la pornographie et à la masturbation. Il est d'abord le fruit de mon expérience car je ne pense pas que les diplômes soient nécessaires pour parler de ce qu'on a vécu. Je ne suis ni sociologue, ni psychologue, ni addictologue, je suis simplement un homme qui est passé de plusieurs pornos et masturbations par jour à zéro. Je suis convaincu que la méthode qui a fonctionné pour moi peut fonctionner pour vous. Lorsque j'ai lancé mon site internet sur le sujet, j'ai reçu de nombreux témoignages d'hommes et de femmes qui m'ont confié leur souffrance, mais aussi leur soulagement et leur reconnaissance de trouver enfin une solution au problème de l'addiction à la pornographie. Tous ces échanges m'ont incité à coucher sur le papier de façon claire et accessible mon approche pour s'en sortir.

Biographie de l'auteur

Après avoir découvert le porno à l'adolescence, Florent Badou a été accro pendant de nombreuses années. L'addiction s'est installée progressivement. Cette consommation incontrôlée le déprimait. Il voulait arrêter et pensait avoir tout essayé.

Il a finalement réussi et a formalisé sa méthode radicale, globale et efficace qu'il livre dans "Avant j'étais accro au porno".

Download and Read Online Avant j'étais accro au porno: La méthode pour arrêter la pornographie Florent Badou #JHIL7Q6ZWAF

Lire Avant j'étais accro au porno: La méthode pour arrêter la pornographie par Florent Badou pour ebook en ligne
Avant j'étais accro au porno: La méthode pour arrêter la pornographie par Florent Badou
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
Avant j'étais accro au porno: La méthode pour arrêter la pornographie par Florent Badou à lire en ligne.
Online Avant j'étais accro au porno: La méthode pour arrêter la pornographie par Florent Badou ebook
Téléchargement PDF
Avant j'étais accro au porno: La méthode pour arrêter la pornographie par Florent Badou Doc
Avant j'étais accro au porno: La méthode pour arrêter la pornographie par Florent Badou Mobipocket
Avant j'étais accro au porno: La méthode pour arrêter la pornographie par Florent Badou EPub
JHIL7Q6ZWAFJHIL7Q6ZWAFJHIL7Q6ZWAF