

Livre

**Auteur(s)** : Ducher, Jean-Luc (Auteur)

**Titre(s)** : Vaincre son anxiété par soi-même ou comment la surmonter au quotidien / Dr Jean-Luc Ducher.

**Editeur(s)** : Paris : O. Jacob, 2018.

**Collection(s)** : (Psychologie).

**Autres** : 1 vol. (253 p.) . illustrations en noir et blanc . 22 x 15 cm

**Résumé** : Des réponses à une centaine de questions sur l'anxiété, ses différents registres et les moyens d'y répondre.

**Notes** : Bibliogr. - Tout public.

**Sujet(s)** : Anxiété ; Phobies



## Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	152 46 DUC	Prêt normal	Sorti/demandée	Langueux
Adultes	Documentaires	152 Peur	Prêt normal	Disponible	Trémuson