

Livre

Auteur(s) : Braconnier, Alain (Auteur)
Titre(s) : Le meilleur thérapeute c'est vous : prendre soin de soi / Dr Alain Braconnier.
Editeur(s) : Paris : Odile Jacob, DL 2023. ; 53-Mayenne : Impr. Floch.
Collection(s) : (Psychologie).
Autres : 1 vol. (219 p.) . 22 x 15 cm
Résumé : Après avoir rappelé que dans certains cas recourir à un professionnel est indispensable, le psychothérapeute affirme qu'il est possible de trouver sa propre méthode de guérison en prenant en compte ses besoins psychiques. ©Electre 2024.
Notes : Tout public.
Sujet(s) : Autothérapie ;Relations psychothérapeute-patient ;Réalisation de soi



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
La doc mezzanine	Bien-être et santé	158.1 BRA	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux