

Livre

**Auteur(s)** : Petitcollin, Christel (Auteur)

**Titre(s)** : Je pense mieux : vivre heureux avec un cerveau bouillonnant, c'est possible ! / Christel Petitcollin.

**Editeur(s)** : Paris : G. Trédaniel, 2015.

**Autres** : 1 vol. (238 p.) . 21 x 15 cm

**Résumé** : Un dialogue à partir des réactions suscitées par le succès de Je pense trop. L'auteure s'appuie sur les témoignages et les opinions relatives à l'hyperémotivité et à la confiance personnelle dans le monde du travail et les relations amoureuses pour relancer la réflexion sur la maîtrise de soi et de ses pensées.

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

**Sujet(s)** : Réalisation de soi ;Maîtrise de soi ;Gestion du stress



## Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	158.1 PET	Prêt normal	Sorti	Ploufragan
La doc mezzanine	Bien-être et santé	158.1 PET	Prêt normal	Sorti	Saint-Brieuc - Malraux

---