

Livre

Auteur(s) : Pelissolo, Antoine (Auteur)

Titre(s) : Vous êtes votre meilleur psy ! / Antoine Pelissolo.

Editeur(s) : Paris : Flammarion, 2017.

Autres : 1 vol. (315 p.) . 24 x 16 cm

Résumé : Anxiété excessive, fragilité dépressive ou problèmes comportementaux, une personne sur cinq souffre de ces troubles psychiques courants qui perturbent la vie. Le psychiatre explique les causes, les risques et les moyens de faire face à 28 de ces symptômes.

Sujet(s) : Affirmation de soi ;Réalisation de soi ;Psychopathologie



Exemplaires

| Espace | Localisation | Cote | Utilisation | Disponibilité | Bib. d'origine |
|---------|---------------|-----------|-------------|---------------|----------------|
| Adultes | Documentaires | 158.1 PEL | Prêt normal | Disponible | Plérin |