

Livre

Auteur(s) : Oughourlian, Jean-Michel (Auteur) ;Gavache, Emmanuel (Postfacier, etc.)

Titre(s) : Optimisez votre cerveau : neurones miroirs : le mode d'emploi / Pr Jean-Michel Oughourlian ; postface de Emmanuel Gavache.

Editeur(s) : Paris : Plon, 2019.

Autres : 1 vol. (188 p.) . 21 x 14 cm

Résumé : Neuropsychiatre et fondateur de la psychologie mimétique, l'auteur expose le fonctionnement du cerveau face aux situations relationnelles difficiles ou conflictuelles de la vie quotidienne et donne des conseils pour les affronter ou les désamorcer.

Notes : Bibliogr. - Tout public.

Sujet(s) : Réalisation de soi ** Guides pratiques ;Hygiène mentale ** Guides pratiques ;Conflit interpersonnel ** Guides pratiques



Exemplaires

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