

Livre

Auteur(s) : Buffet, Anne-Laure (Auteur)

Titre(s) : Ces séparations qui nous font grandir : couple, amitié, travail... la rupture peut-elle aider à devenir soi ? / Anne-Laure Buffet.

Editeur(s) : Paris : Eyrolles, 2020. ; Paris : Eyrolles, 2020.

Collection(s) : (Comprendre et agir).

Autres : 1 vol. (170 p.) . 21 x 16 cm

Résumé : Tout au long de la vie, des ruptures, subies, désirées ou inconscientes, viennent imprimer leur marque sur l'histoire émotionnelle de chacun, induisant des changements symboliques et remettant en question les repères familiers ainsi que la quiétude psychique. L'auteure montre que ces événements peuvent être compris comme des étapes de transformation vers une existence affective plus autonome.

Notes : Bibliogr. - Tout public.

Sujet(s) : Séparation (psychologie) ;Réalisation de soi ;Changement (psychologie)



Exemplaires

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