

50-exercices-pour-sortir-de-la-dependance-affective

Livre

Auteur(s) : Prévot-Gigant, Géraldyne (Auteur)

Titre(s) : 50 exercices pour sortir de la dépendance affective / Géraldyne Prévot-Gigant.

Editeur(s) : Paris : Eyrolles, 2020.

Collection(s) : (50 exercices).

Autres : 1 vol. (134 p.) . illustrations en noir et en couleur . 19 x 16 cm

Résumé : Cinquante exercices répartis en cinq sections pour apprendre à aimer tout en gardant son indépendance. Avec des tests de personnalité et des conseils afin d'augmenter son estime de soi.

Notes : Bibliogr. - Tout public.

Sujet(s) : Dépendance (psychologie) ;Affectivité ;Estime de soi ;Guides pratiques



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
La doc mezzanine	Bien-être et santé	158.2 PRE	Prêt normal	Sorti	Saint-Brieuc - Malraux
