

Livre

**Auteur(s)** : Wolynn, Mark (Auteur) ;Bouton-Kelly, Ludivine (Traducteur)

**Titre(s)** : Cela n'a pas commencé avec toi ! : comment le trauma familial façonne nos identités et comment s'en sortir / Mark Wolynn ; traduit de l'anglais (Etats-Unis) par Ludivine Bouton-Kelly.

**Editeur(s)** : Paris : Les Novateur.e.s, 2020.

**Autres** : 1 vol. (291 p.) . 22 x 15 cm

**Résumé** : S'appuyant sur les travaux de spécialistes du stress post-traumatique, l'auteur explique comment des maux tels que la dépression, la douleur chronique ou les obsessions peuvent devenir des expériences traumatisantes vécues par des aïeux et transmises de génération en génération. Il montre que ces héritages émotionnels jouent un rôle sur la santé et l'équilibre familial.

**Notes** : Glossaire. Index. - Tout public.

**Sujet(s)** : Transmission intergénérationnelle ;Psychopathologie transgénérationnelle ;Psychogénéalogie



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	158.2 WOL	Prêt normal	Sorti	Ploufragan