

Livre

Auteur(s) : Roustang, François (1923-...) (Auteur)

Titre(s) : Il suffit d'un geste / François Roustang.

Editeur(s) : Paris : O. Jacob, 2003 (53-Mayenne : Impr. Floch).

Autres : 237 p. . couv. ill. en coul. . 22 cm

Résumé : Comment aller mieux, apaiser son mal de vivre ? F. Roustang donne quelques repères pour se transformer profondément et retrouver le goût de vivre : se libérer du préjugé selon lequel une thérapie est forcément longue ; surmonter et contourner le mur du langage ; se prêter à l'hypnose pour accéder à une autre perception de soi-même et du monde.

Sujet(s) : Hypnose ;Hypnothérapie ;Changement (psychologie)



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	615.851 ROU	Prêt normal	Sorti	Ploufragan