

Livre

Auteur(s) : Rengade, Charles-Edouard (Auteur) ;Fanget, Frédéric (Auteur)

Titre(s) : Vivre mieux avec son impulsivité / Dr Charles-Edouard Rengade, Dr Frédéric Fanget.

Editeur(s) : Paris : O. Jacob, impr. 2011 (77-Courtry : Impr. Sagim).

Autres : 1 vol. (348 p.) . ill., couv. ill. en coul. . 22 cm

Résumé : L'impulsivité, qualité positive dans certaines situations, peut devenir un comportement jugé gênant, proche de l'agressivité et de la colère. Ce guide fournit des informations pour la comprendre, l'évaluer ainsi que des conseils thérapeutiques pour la prendre en charge par soi-même.

Notes : Bibliogr. et webliogr. p. 341-348.

Sujet(s) : Impulsivité



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
La doc mezzanine	Bien-être et santé	152.4 REN	Prêt normal	Sorti	Saint-Brieuc - Malraux
