saint-brieuc - Recherche Bien-être, psy

Livre

Titre : ^Le %guide de ta santé mentale : toi, ton identité, tes émotions, ton corps, ta relation aux autres, ta vie...
Auteur : Py, Delphine
Editeur : Marabout
Date édition : DL 2023
Collections : Bien-être, psy
Support : Livre

Livre

Titre : Sortir des ruminations mentales : pensées négatives, traumatismes du passé, relation toxique
Auteur : Colombel, Marine (1988-....)
Editeur : Marabout
Date édition : 2023
Collections : Bien-être, psy
Support : Livre

Livre

Titre : Vivre avec un trouble de santé mentale : les mots pour le dire, les outils pour s'en sortir
Auteur : Worms-Ehrminger, Mickaël
Editeur : Marabout
Date édition : DL 2023
Collections : Bien-être, psy
Support : Livre