

## saint-brieuc - Recherche ANXIETE

Livre **Titre** : Bien se soigner avec les médicaments psy : antidépresseurs, tranquillisants, somnifères  
**Auteur** : Pelissolo, Antoine  
**Editeur** : O. Jacob  
**Date édition** : impr. 2005  
**Collections** : Guide pour s'aider soi-même  
**Support** : Livre

---

Livre **Titre** : Bonjour anxiété : parler de santé mentale  
**Auteur** : Coiffard, Marco  
**Editeur** : Mango  
**Date édition** : 2023  
**Support** : Livre

---

Livre **Titre** : Comment se débarrasser de l'anxiété et de la dépression : par vous-même, avec ou sans médicaments  
**Auteur** : Trickett, Shirley  
**Editeur** : Leduc.s éditions  
**Date édition** : 2018  
**Collections** : Développement personnel poche  
**Support** : Livre

---

Livre **Titre** : Comment vivre avec un anxieux  
**Auteur** : Leclerc, Virginie  
**Editeur** : J. Lyon  
**Date édition** : 1994  
**Collections** : Comment vivre avec  
**Support** : Livre

---

Livre **Titre** : Guérir l'anxiété pour les nuls  
**Auteur** : Elliott, Charles Harold (1948-....)  
**Editeur** : First Editions  
**Date édition** : 2017  
**Collections** : Pour les nuls, poche  
**Support** : Livre

---

Livre **Titre** : Je calme mon anxiété avec le yoga : 3 séquences accessibles à tous pour apaiser ou prévenir l'anxiété  
**Auteur** : Antoine, Céline (1975-....)  
**Editeur** : Terre vivante  
**Date édition** : 2020  
**Collections** : Yoga & santé  
**Support** : Livre

Livre **Titre** : L'autohypnose pour soigner ses angoisses : le grand livre  
**Auteur** : Jakobowicz, Jean-Michel (1947-....)  
**Editeur** : Leduc.s éditions  
**Date édition** : 2020  
**Collections** : Le grand livre de...  
**Support** : Livre

---

Livre **Titre** : La nouvelle peur des autres : trac, timidité et phobie sociale  
**Auteur** : André, Christophe (1956-....)  
**Editeur** : O. Jacob  
**Date édition** : 2023  
**Collections** : Psychologie  
**Support** : Livre

---

Livre **Titre** : La phobie scolaire : comprendre pour agir  
**Auteur** : Valentin, Stephan (1967-....)  
**Editeur** : Enrick B. éditions  
**Date édition** : 2016  
**Collections** : Psycho poche  
**Support** : Livre

---

Livre **Titre** : Le club des anxieux qui se soignent : comment combattre l'anxiété  
**Auteur** : Fanget, Frédéric  
**Editeur** : les Arènes  
**Date édition** : DL 2023  
**Collections** : BD psy : comprendre et aller mieux  
**Support** : Livre

---