



Livre

Auteur(s) : Aimelet-Périssol, Catherine (19...-...) (Auteur)

Titre(s) : Ma bible des émotions : 30 exercices et cas pratiques / Catherine Aimelet-Périssol, Aurore Aimelet, auteures ; Séverine Aubry, illustratrice.

Sortie : Paris : Leduc, 2019.

Résumé : Des informations sur le processus émotionnel, les émotions primaires et secondaires ainsi que leurs sens et leurs rôles afin de comprendre ses besoins profonds. Avec des témoignages, des exercices et des cas pratiques. Electre 2019.

Sujet(s) : Emotions : Guides pratiques;Intelligence émotionnelle : Guides pratiques;Maîtrise de soi : Guides pratiques;Psychologie appliquée

ISBN : 979-10-285-1574-4. br.. 23 EUR;



Exemplaires

Bib. d'origine	Fin Nouveauté	Section	Support	Localisation	Disponibilité	Cote	Date retour
Saumur	07/04/2020	Adultes	Livre	Documentaires	En rayon	158.1 AIM	

Médiathèque