

Guérir de nos dépendances PDF

Senk, Pascale ; Gravelaine, Frederique De



Ceci est juste un extrait du livre de Guérir de nos dépendances. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Senk, Pascale ; Gravelaine, Frederique De

ISBN-10: 9791028510138

Langue: Français

Taille du fichier: 1960 KB

LA DESCRIPTION

Vous ne souffrez pas d'addictions, diriez-vous?Et pourtant, il existe de nombreuses formes de dépendances, certaines dont vous ne soupçonneriez pas l'existence.Dans un monde où les addictions prennent de plus en plus de place, elles deviennent quotidiennes et passent pourtant souvent inaperçu.Nourriture, cigarette, travail, jeux, alcools et drogues, mais aussi téléphone portable, séries, sites de rencontres... : la liste est longue, mais toutes engagent à des comportements compulsifs.Cet ouvrage présente différentes voies possibles de délivrance, mettant en avant le rôle de la parole et du travail de groupe, ressources insoupçonnées.A partir d'une enquête menée auprès d'une cinquantaine de témoins, et grâce à l'expérience de plusieurs thérapeutes, chacun pourra ici trouver des pistes vers l'autonomie.Pour retrouver une vie libre et saine.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Guérir de nos dépendances, de Pascale Senk et Frédérique de Gravelaine, est paru en avril 2018 aux Editions Leduc.s.

SE SORTIR D'UNE DÉPENDANCE ? OUI, ÇA VAUT LE COUP ! Les neurosciences et l'addictologie découvrent chaque jour de nouvelles données sur la dépendance ...

Guérir de nos dépendances - Pascale Senk, Frédérique de Gravelaine - SE SORTIR D'UNE DÉPENDANCE ? OUI, ÇA VAUT LE COUP ! Les neurosciences et l ...

GUÉRIR DE NOS DÉPENDANCES

[Lire la suite...](#)