



Mieux vivre avec la schizophrénie: avec les thérapies comportementales et cognitives

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Téléchargez et lisez en ligne Mieux vivre avec la schizophrénie: avec les thérapies comportementales et cognitives Anne-Victoire Rousselet

240 pages

Présentation de l'éditeur

Vous êtes atteints de schizophrénie comme près de 1 % de la population générale française ? Ce guide est rédigé pour vous et votre entourage.

Il répond à toutes les questions que vous vous posez :

- Comment puis-je me traiter ?
- Qui dois-je consulter et pourquoi le faire ?
- Comment dépasser mon anxiété et gérer mes symptômes ?
- Comment retrouver l'envie et le plaisir d'agir ?

Ce guide présente un programme pas à pas et une série d'objectifs à vous fixer afin que, progressivement, vous preniez le contrôle sur la maladie.

Des quiz pour faire le point sur les idées fortes à retenir, des tableaux à compléter seul ou avec un soignant, des schémas récapitulatifs et des exercices pratiques... une véritable boîte à outils est mise à votre disposition afin de vous aider à retrouver une vie stabilisée.

Biographie de l'auteur

Anne-Victoire Rousselet est psychologue et psychothérapeute spécialisée en Thérapie Comportementale et Cognitive. Elle travaille au centre hospitalier Sainte Anne à Paris. Elle est spécialisée dans la prise en charge de jeunes patients schizophrènes.

Download and Read Online Mieux vivre avec la schizophrénie: avec les thérapies comportementales et cognitives Anne-Victoire Rousselet #HU2VJN8RIA0

Lire Mieux vivre avec la schizophrénie: avec les thérapies comportementales et cognitives par Anne-Victoire Rousselet pour ebook en ligne Mieux vivre avec la schizophrénie: avec les thérapies comportementales et cognitives par Anne-Victoire Rousselet Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Mieux vivre avec la schizophrénie: avec les thérapies comportementales et cognitives par Anne-Victoire Rousselet à lire en ligne. Online Mieux vivre avec la schizophrénie: avec les thérapies comportementales et cognitives par Anne-Victoire Rousselet ebook Téléchargement PDF Mieux vivre avec la schizophrénie: avec les thérapies comportementales et cognitives par Anne-Victoire Rousselet Doc Mieux vivre avec la schizophrénie: avec les thérapies comportementales et cognitives par Anne-Victoire Rousselet Mobipocket Mieux vivre avec la schizophrénie: avec les thérapies comportementales et cognitives par Anne-Victoire Rousselet EPub

HU2VJN8RIA0HU2VJN8RIA0HU2VJN8RIA0