

Et si j'étais hypersensible ?

Type de contenu : Texte Image fixe

Type de médiation : sans médiation

Titre(s) : Et si j'étais hypersensible ? [Texte imprimé] : le guide dessiné sur l'hypersensibilité / Caroline Cohen Ring

Auteur(s) : Cohen Ring, Caroline

Publication : Paris : Larousse, DL 2023

Fabrication / Impression : Paris

Description matérielle : 1 vol. (143 p.) : ill. ; 24 cm

ISBN : 978-2-03-604759-4

EAN : 9782036047594

Autres classifications : 150

Classification décimale Dewey : 152.4 23

Note(s) : Bibliogr. p. 142

Résumé ou extrait : « Tu pleures trop ! », « Qu'est-ce que tu es susceptible ! », « Il faut que tu t'endurcisses. », « Tu ne serais pas bipolaire ? » Ces phrases, les hypersensibles les connaissent bien ! Concernant environ 25 % des Français, l'hypersensibilité reste pourtant mal comprise, voire mal perçue. Si elle peut nous faire nous sentir différents, compliquer nos relations et nos situations personnelles ou professionnelles, elle peut pourtant être un véritable atout et donner d'incroyables capacités d'empathie, d'observation et de créativité ! Avec humour et justesse, ce guide pratique dessiné rassemble conseils, explications, exercices, anecdotes et témoignages pour mieux comprendre son hypersensibilité, s'aimer tel qu'on est et révéler ainsi ses multiples potentiels !

Sujet - Nom commun : Hypersensibilité (psychologie)

Forme, genre ou caractéristiques physiques : Bandes dessinées

Adresse électronique et mode d'accès : 770621