

Se libérer de ses blocages

Titre(s) : Se libérer de ses blocages [[périodique]]

Ensemble : Psychologies 479

Editeur, producteur : 01/03/26

Description matérielle : pp.33-47

ISSN : 0032-1583

Note sur la description matérielle : 15

Résumé ou extrait : " Je me coince le dos ", " Ma vie est à l'arrêt ", " Je tourne en boucle ", " Je surréagis à la moindre contrariété " Nous traversons tous ce genre d'épisodes, parfois à durée indéterminée. Qu'est-ce qui coince ? Parce que la réponse est bien souvent en nous, ce dossier a été conçu, avec l'aide de nos experts, comme une exploration de tous nos blocages : corporels, comportementaux, mentaux ou émotionnels. à la clé ? Des réponses pour sortir de l'enfermement.

Sujet - Nom commun : Psychologie cognitive

Maladies psychosomatiques

Réalisation de soi

Émotions