

Bonnes résolutions : pourquoi il faut en prendre (même si on ne les tient pas)

Titre(s): Bonnes résolutions : pourquoi il faut en prendre (même si on ne les tient pas) [[périodique]] /
Valérie Josselin

Ensemble : Psychologies 453

Autre(s) auteur(s) : Josselin, Valérie

Editeur, producteur : 01/01/24

Description matérielle : pp.68-69

ISSN : 0032-1583

Note sur la description matérielle : 2

Résumé ou extrait : On se motive, on se démotive, et puis on lâche. Les " bonnes résolutions " sont une mécanique bien huilée qui mérite pourtant que l'on s'y arrête. Faut-il y renoncer ? Sûrement pas ! répond Alain Braconnier, psychiatre et psychanalyste, elles sont un signe de bonne santé mentale.

Sujet - Nom commun : Projection

Volonté

Intention

Réalisation de soi