

Cultiver les émotions qui font du bien

Titre(s): Cultiver les émotions qui font du bien [[périodique]]

Ensemble : Psychologies 476

Editeur, producteur : 01/12/25

Description matérielle : pp.38-51

ISSN : 0032-1583

Note sur la description matérielle : 13

Résumé ou extrait : Nous le savons, les émotions sont utiles à notre survie. Mais ne sont-elles que cela ? Avec le psychologue Ilios Kotsou, nous allons comprendre comment elles se forment et agissent sur notre psychisme, notre santé Puis nous apprendrons à faire grandir l'agréable en nous et autour de nous, en nous rappelant que, si la route est toujours semée d'embûches, la joie surgit toujours aussi, comme nous le montre Augustin Trapenard.

Sujet - Nom commun : Émotions