

## Bibliothèques de Compiègne - Recherche STRESS : ASPECT PSYCHOLOGIQUE

|       |                                                                                                                                                                                                                            |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Livre | <b>Titre</b> : Covid-19 et détresse psychologique : 2020, l'odyssée du confinement<br><b>Auteur</b> : Franck, Nicolas (1968-..)<br><b>Editeur</b> : Odile Jacob<br><b>Date édition</b> : DL 2020<br><b>Support</b> : Livre |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

---

|       |                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Livre | <b>Titre</b> : Je me libère du stress : votre méthode pour lâcher prise<br><b>Auteur</b> : Rouig, Nicolas<br><b>Editeur</b> : PUF<br><b>Date édition</b> : impr. 2012<br><b>Collections</b> : Les psychoguides<br><b>Support</b> : Livre |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

---

|       |                                                                                                                                  |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Livre | <b>Titre</b> : 100 petites astuces pour arrêter de s'en faire<br><b>Auteur</b> : Delorie, Olivier Luke<br><b>Support</b> : Livre |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

---

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Livre | <b>Titre</b> : Libérez-vous de la fatigue : et profitez de la vie !<br><b>Tome</b> : v.12552<br><b>Auteur</b> : Anthony, Léonard (1972-....)<br><b>Editeur</b> : J'ai lu<br><b>Date édition</b> : DL 2019<br><b>Collections</b> : J'ai lu<br><b>Support</b> : Livre |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

---

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Livre | <b>Titre</b> : L' intelligence du corps : comprendre les émotions qui affectent notre santé<br><b>Auteur</b> : Shapiro, Debbie (1953-....)<br><b>Editeur</b> : Dangles<br><b>Date édition</b> : 1998<br><b>Collections</b> : Psycho-soma<br><b>Support</b> : Livre |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

---