

## Bibliothèques de Compiègne - Recherche STRESS : ASPECT PSYCHOLOGIQUE

Livre

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

Livre

**Titre** : Je me libère du stress : votre méthode pour lâcher prise  
**Auteur** : Rouig, Nicolas  
**Editeur** : PUF  
**Date édition** : impr. 2012  
**Collections** : Les psychoguides  
**Support** : Livre

Livre

**Titre** : 100 petites astuces pour arrêter de s'en faire  
**Auteur** : Delorie, Olivier Luke  
**Support** : Livre

Livre

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

Livre

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