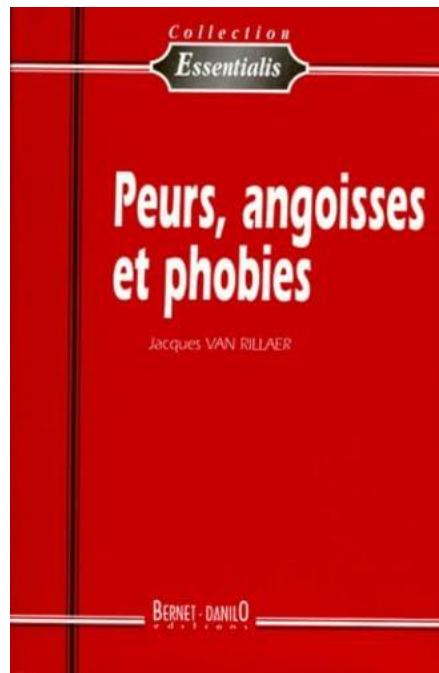




PEURS, ANGOISSES ET PHOBIES
Jacques Van Rillaer

- Éditeur : Bernet-Danilo
- Date de publication : 1 novembre 1998
- Nombre de pages de l'édition imprimée : 61 pages

Beaucoup de personnes souffrent de peurs, d'angoisses, de crises de panique, de phobies, d'obsessions. La persistance ou la disparition de ces réactions dépendent de plusieurs facteurs, tels que des modes d'action, la façon d'interpréter des situations et des sensations corporelles, la capacité de réguler des processus physiologiques. Chacun peut apprendre à mieux gérer ces facteurs et à réduire ainsi ses anxiétés.

L'auteur

Jacques Van Rillaer est docteur en psychologie. Il a pratiqué la psychanalyse freudienne pendant une dizaine d'années. Ensuite, il s'est orienté vers les thérapies comportementales et cognitives, qu'il pratique depuis quinze ans. Il est professeur de psychologie à l'Université de Louvain-la-Neuve (Belgique) et aux Facultés universitaires Saint-Louis (Bruxelles).

© <https://www.amazon.fr/Peurs-angoisses-phobies-Jacques-Rillaer/dp/2912663032>