

1. Record Nr.	UNINA9910160276403321
Autore	Swirsky Seth
Titolo	21 ways to a happier depression : a creative guide to getting unstuck from anxiety, setbacks, and stress // Seth Swirsky
Pubbl/distr/stampa	Naperville, Illinois : , : Sourcebooks, , [2017] ©2017
ISBN	1-4926-4815-9 1-4926-4814-0
Descrizione fisica	1 online resource (114 pages)
Disciplina	616.8527
Soggetti	Depression, Mental Depression, Mental - Treatment
Lingua di pubblicazione	Inglese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia