

1. Record Nr.	UNINA9910794381703321
Autore	Gray Lee-Anne
Titolo	Self-compassion for teens : 129 activities & practices to cultivate kindness / / Lee-Anne Gray
Pubbl/distr/stampa	Eau Claire, WI : , : PESI Publishing & Media, , [2017] ©2017
ISBN	1-68373-026-7
Descrizione fisica	1 online resource (240 pages)
Disciplina	155.5182
Soggetti	Self-esteem in adolescence Mindfulness (Psychology) Teenagers - Conduct of life
Lingua di pubblicazione	Inglese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia