



Votre profil face au stress. Comment les neurosciences font du stress votre allié. En bonus un questionnaire d'auto-évaluation.



Télécharger



Lire En Ligne


[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Votre profil face au stress. Comment les neurosciences font du stress votre allié. En bonus un questionnaire d'auto-évaluation.

Patrick Collignon, Jean-Louis Prata

Votre profil face au stress. Comment les neurosciences font du stress votre allié. En bonus un questionnaire d'auto-évaluation. Patrick Collignon, Jean-Louis Prata

 [Télécharger Votre profil face au stress. Comment les neuroscie ...pdf](#)

 [Lire en ligne Votre profil face au stress. Comment les neurosc ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Votre profil face au stress. Comment les neurosciences font du stress votre allié. En bonus un questionnaire d'auto-évaluation. Patrick Collignon, Jean-Louis Prata

118 pages

Présentation de l'éditeur

Le stress est universel : tout le monde a connu, connaît et connaîtra le stress. Pourtant, certains le subissent alors que d'autres s'adaptent sereinement. En fonction de votre profil, cet ouvrage vous aide à mieux comprendre votre fonctionnement face au stress et vous fournit des moyens innovants pour mieux le gérer. A l'aide d'outils pratiques fondés sur les sciences cognitives et comportementales, vous pourrez ainsi identifier les situations qui sont pour vous potentiellement stressantes et adopter la bonne attitude pour les aborder calmement et efficacement. Biographie de l'auteur

Jean-Louis Prata, consultant et DRH en entreprise pendant 18 ans, est aujourd'hui expert de l'Approche NeuroCognitive et Comportementale appliquée à l'organisation. Il dirige le Pôle R&D de l'INC (Institute of NeuroCognitivism) et en particulier le développement de questionnaires en ligne (stress, RPS, personnalités...). Egalement consultant-formateur et coach, il enseigne à l'ESSEC, l'IAE de Caen et l'Ecole de Management de Normandie. Patrick Collignon est, depuis 1994, expert en vulgarisation et développement des compétences individuelles. Chef de projets innovants (édition, multimédia, pédagogie, e-learning, Web, questionnaires...), concepteur-rédacteur, il est l'auteur de nombreux ouvrages de vulgarisation scientifique. Chef de projets R&D à l'INC, il s'est spécialisé dans l'Approche NeuroCognitive et Comportementale (A.N.C)

Download and Read Online Votre profil face au stress. Comment les neurosciences font du stress votre allié. En bonus un questionnaire d'auto-évaluation. Patrick Collignon, Jean-Louis Prata #UV3BL2DJ0XS

Lire Votre profil face au stress. Comment les neurosciences font du stress votre allié. En bonus un questionnaire d'auto-évaluation. par Patrick Collignon, Jean-Louis Prata pour ebook en ligne

Votre profil face au stress. Comment les neurosciences font du stress votre allié. En bonus un questionnaire d'auto-évaluation. par Patrick Collignon, Jean-Louis Prata Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres

Votre profil face au stress. Comment les neurosciences font du stress votre allié. En bonus un questionnaire d'auto-évaluation. par Patrick Collignon, Jean-Louis Prata à lire en ligne.

Online Votre profil face au stress. Comment les neurosciences font du stress votre allié. En bonus un questionnaire d'auto-évaluation. par Patrick Collignon, Jean-Louis Prata ebook

Téléchargement PDF

Votre profil face au stress. Comment les neurosciences font du stress votre allié. En bonus un questionnaire d'auto-évaluation. par Patrick Collignon, Jean-Louis Prata Doc

Votre profil face au stress. Comment les neurosciences font du stress votre allié. En bonus un questionnaire d'auto-évaluation. par Patrick Collignon, Jean-Louis Prata Mobipocket

Votre profil face au stress. Comment les neurosciences font du stress votre allié. En bonus un questionnaire d'auto-évaluation. par Patrick Collignon, Jean-Louis Prata EPub

UV3BL2DJ0XSUV3BL2DJ0XSUV3BL2DJ0XS