

Problématiques :

En quoi les déconnexions dans le domaine privée et professionnel est une bonne chose ?

-Les idées importantes qui on retenu mon attention sur ce sujet et les points négatifs que peuvent engendrer les sursollicitations , le trop-plein informationnel, le débordement cognitif, le harcèlement ou de surveillance dans lesquelles l'individu se sent dépassé ou soumis.

-Les perspectives de travailles vont se former autour de la problématique sur le point positif de se déconnecter de manières volontaires de toutes choses ou surdosage de travail dans la vie professionnel , étudiantes ou privées et ce que le stress peut engendrer dessus

il se formera autour des 20 points clés suivant :

- | | |
|--|--|
| 1. La présentation du sujet | 2. Définitions de la déconnexions |
| 3. En quoi le désir est bénéfiques | 4. a qu'elle moment il est importants de la prendre |
| 5. Les situations ou ça mènent dans le domaines professionnel | 6. Les situations ou les désirs mènent dans le domaines privées |
| 7. Les difficultés que ça peut engendrer professionnel | 8. Les difficultés que ça peut engendrer privées |
| 9. Les solutions fasse a ça dans le domaines professionnel (après actions) | 10. Les solutions fasse a ça dans le domaines privées (apres action) |
| 11. Se prémunir au travailles | 12. Se prémunir a la maison |
| 13. pourquoi l'envie de se deconnecter | 14. L'influence |
| 15. Les points de vues | 16. La science parle dessus |
| 17. Les aidants | 18. Les points négatifs a ne pas se deconnecter |
| 19. Les solutions fasse a ça avant actions (professionnel) | 20. les solutions fasse a ça avant action (privée) |

(les points de vues dans le marketing), sujet sur l'argent , l'experimentation , l'ages.

-Les liens possibles avec nos projets sont comment évité les sursollicitations et gerer tout ça ou bien savoir quand s'arreter pour permettre de respirer sur le travail et a la maison permettre savoir quand se deconnecter du surplus d'information quotidien arrivant.