

Mots clés: telecharger Une seconde d'avance ; travailler plus efficacement en pleine conscience pdf, Une seconde d'avance ; travailler plus efficacement en pleine conscience mobi, Une seconde d'avance ; travailler plus efficacement en pleine conscience epub gratuitement, Une seconde d'avance ; travailler plus efficacement en pleine conscience torrent, Une seconde d'avance ; travailler plus efficacement en pleine conscience lire en ligne.

Une seconde d'avance ; travailler plus efficacement en pleine conscience PDF

Hougaard, Rasmus ; Rinner, Erick ; Vidaud, Martial



Ceci est juste un extrait du livre de Une seconde d'avance ; travailler plus efficacement en pleine conscience. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Hougaard, Rasmus ; Rinner, Erick ; Vidaud, Martial

ISBN-10: 9782807306196

Langue: Français

Taille du fichier: 2303 KB

LA DESCRIPTION

Les rythmes accélérés de la vie moderne et de l'entreprise ont un effet délétère sur la productivité, la motivation, la créativité et le bien-être des salariés. Face à un flot incessant d'informations et de distractions, nos cerveaux essaient de traiter tout en même temps, ce qui augmente notre stress et réduit notre efficacité et notre performance. Nous sommes aujourd'hui surchargés de travail, moins concentrés et trop occupés pour nous arrêter et nous poser la vraie question : que faire pour briser ce cercle de pression constante ? Devons-nous l'accepter comme la nouvelle réalité du travail, nous résoudre à survivre et renoncer à nous épanouir dans notre environnement professionnel actuel ?... Lire la suite Heureusement, la réponse est non. Dans leur nouvel ouvrage *Une seconde d'avance*. Travailler plus efficacement en pleine conscience, les auteurs montrent qu'il est possible d'entraîner son cerveau à réagir différemment aux pressions et distractions permanentes du monde d'aujourd'hui. Cela ne demande... qu'une seconde.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Travailler plus efficacement en pleine conscience, Une seconde d'avance, Rasmus Hougaard, Erick Rinner, Martial Vidaud, De Boeck Supérieur. Des milliers de livres ...

Retrouvez Une seconde d'avance : travailler plus efficacement en pleine conscience de Rasmus Hougaard - LIBREST. Plus d'un million de livres en français ou en VO à ...

Une seconde d'avance - Travailler plus efficacement en pleine conscience

**UNE SECONDE D'AVANCE ; TRAVAILLER PLUS EFFICACEMENT EN PLEINE
CONSCIENCE**

[Lire la suite...](#)