

Penser mieux, travailler moins PDF

Allain, Gael



Ceci est juste un extrait du livre de Penser mieux, travailler moins. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Allain, Gael
ISBN-10: 9782212555172
Langue: Français
Taille du fichier: 1283 KB

LA DESCRIPTION

Travailler plus efficacement en faisant moins d'effort, impossible pensez-vous ? Eh bien si, car notre cerveau est capable d'accomplir des prouesses ! Sans nier ni ses limites ni les risques de "surchauffe", l'auteur, spécialiste en psychologie cognitive, explique de façon simple son fonctionnement et propose une méthode utilisable par tous pour optimiser nos capacités mentales. A l'aide d'exercices ludiques et de mises en application aussi bien dans votre vie professionnelle que personnelle, cet ouvrage vous permettra : ... Lire la suite D'intégrer rapidement de nouvelles informations De développer et de structurer votre mémoire D'alléger votre charge mentale et d'aller à l'essentiel De résoudre facilement un problème en fonction des situations Une fois acquise l'idée que ce n'est pas la quantité d'effort qui compte et que nous sommes intellectuellement plus performants quand notre charge mentale est allégée, vous serez en mesure d'adapter votre effort à l'objectif fixé. Vous pourrez ainsi travailler mieux et gagner plus !

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Édito. Travailler moins pour penser plus Article paru dans la rubrique L'actu du n°52 de Philosophie Magazine (version web).

Penser mieux, travailler moins : Travailler plus efficacement en faisant moins d'effort, impossible pensez-vous ? Eh bien si, car notre cerveau est capable d ...

16 Penser mieux Travailler moins © Groupe Eyrolles activité qui dépasse potentiellement nos capacités de traitement de l'information.

PENSER MIEUX, TRAVAILLER MOINS

[Lire la suite...](#)