

Livre

Auteur(s) : Filliozat, Isabelle (Auteur)

Titre(s) : L'intelligence du coeur : Confiance en soi, créativité, relations, autonomie / Isabelle Filliozat.

Editeur(s) : Paris : Poche Marabout, 2013.

Collection(s) : (Poche Marabout).

Autres : 1 vol.(341p.) . couv.ill.en cou. . 18x13 cm

Résumé : Après le règne du Q.I, on découvre aujourd'hui l'importance des émotions, essentielles pour communiquer et convaincre.

L'intelligence du coeur fait toute la différence. Anxiété, honte, dépression, violence et solitude... Et si tous ces maux avaient une cause commune ? Et s'il y avait une alternative aux comprimés, tablettes et gélules que nous consommons pour nous calmer, nous aider à dormir, nous mettre du baume au coeur ? A l'école, on enseigne l'histoire, la géographie, les mathématiques et qu'apprend-on sur l'affectivité ? Ne serait-il pas aussi utile d'avoir quelques notions sur les étapes du deuil, la colère et la résolution non-violente des conflits que de savoir par coeur 1515 Marignan ? Il est temps de mieux comprendre nos émotions pour les gérer efficacement. L'urgence est affective. Aujourd'hui, compétences techniques et QI élevé ne sont plus insuffisants pour réussir. La confiance en soi, la créativité, l'aisance relationnelle et l'autonomie font la différence. Dynamiques de réseaux, interdépendance, le défi du millénaire nouveau qui s'avance est celui de la coopération. L'intelligence du coeur, intelligence relationnelle et émotionnelle, est l'intelligence de demain. Isabelle Filliozat est psychothérapeute. Certifiée clinicienne en analyse transactionnelle et maître praticien en programmation-neurolinguistique, elle travaille sur les émotions depuis une vingtaine d'années.

Sujet(s) : Confiance en soi



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	158 Méditation	Prêt normal	Sorti/demandée	Trémuson