



Attentif, concentré et libre

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

Attentif, concentré et libre

Daniel GOLEMAN

Attentif, concentré et libre Daniel GOLEMAN

 [Télécharger Attentif, concentré et libre ...pdf](#)

 [Lire en ligne Attentif, concentré et libre ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne **Attentif, concentré et libre** Daniel GOLEMAN

416 pages

Présentation de l'éditeur

Daniel Goleman est psychologue, diplômé de Harvard en psychologie clinique et développement personnel. Il dirige actuellement le groupe de recherche sur l'intelligence émotionnelle de l'université Rutgers, aux États-Unis.

L'attention : plus importante que le QI.

Stressé, soumis à un déluge continu d'informations, nous n'arrivons plus à nous concentrer. Or les récentes recherches sur le cerveau prouvent qu'il est indispensable de pouvoir se focaliser (sur soi, sur les autres et sur le monde) pour être plus efficace, mais aussi plus heureux.

Dans cet ouvrage révolutionnaire, Daniel Goleman montre comment entraîner son cerveau à demeurer attentif, de la même façon qu'on entretient ses muscles par une gymnastique adéquate.

La clé la plus inattendue, et pourtant décisive, du succès.

Biographie de l'auteur

Le psychologue Daniel Goleman est né en 1946 en Californie. Diplômé de Harvard en psychologie clinique et développement personnel, il a écrit de nombreux articles scientifiques pour le *New York Times*. Il est notamment l'auteur de *L'Intelligence émotionnelle* (Robert Laffont, tome 1, 1997 ; tome 2, 1999), best-seller traduit dans trente langues, et de *Cultiver l'intelligence relationnelle* (Robert Laffont, 2009). Membre de l'Association américaine pour le progrès de la science (American Association for the Advancement of Science), il a co-créé un centre collaboratif pour l'apprentissage académique, social et émotionnel au Centre d'études sur les enfants, installé à l'université de Chicago. Son dernier ouvrage publié en France, *Focus. Attention et concentration : les clefs de la réussite* (Robert Laffont, 2014), paraît chez Pocket en 2015 sous le titre *Attentif, concentré et libre*.

Daniel Goleman vit dans le Massachusetts avec son épouse, la psychothérapeute Tara Bennett-Goleman.

Download and Read Online **Attentif, concentré et libre** Daniel GOLEMAN #5LSCDEUO24J

Lire Attentif, concentré et libre par Daniel GOLEMAN pour ebook en ligneAttentif, concentré et libre par Daniel GOLEMAN 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 Attentif, concentré et libre par Daniel GOLEMAN à lire en ligne.Online Attentif, concentré et libre par Daniel GOLEMAN ebook Téléchargement PDFAttentif, concentré et libre par Daniel GOLEMAN DocAttentif, concentré et libre par Daniel GOLEMAN MobipocketAttentif, concentré et libre par Daniel GOLEMAN EPub

5LSCDEUO24J5LSCDEUO24J5LSCDEUO24J