



Cerveau attentif (Le): Contrôle, maîtrise, lâcher-prise

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

Cerveau attentif (Le): Contrôle, maîtrise, lâcher-prise

Jean-Philippe Lachaux

Cerveau attentif (Le): Contrôle, maîtrise, lâcher-prise Jean-Philippe Lachaux

 [Télécharger Cerveau attentif \(Le\): Contrôle, maîtrise, lâch ...pdf](#)

 [Lire en ligne Cerveau attentif \(Le\): Contrôle, maîtrise, lâ ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Cerveau attentif (Le): Contrôle, maîtrise, lâcher-prise Jean-Philippe Lachaux

Format: Ebook Kindle

Présentation de l'éditeur

?Vous n'en avez peut-être pas conscience, mais toute votre perception du monde, votre rapport à ce qui vous entoure, aux autres et à vous-même sont déterminés par un petit quelque chose qui vaut de l'or : votre attention – sans cesse convoitée et courtisée, toujours menacée. Cet ouvrage vous propose précisément de « faire attention à votre attention » dans votre vie quotidienne, pour en tirer un meilleur parti. Pourquoi l'attention échappe-t-elle si souvent au contrôle volontaire ? Pourquoi est-il si difficile de rester concentré ? Que faire pour ne pas se laisser dériver ou pour éviter de papillonner ? C'est dans le cerveau qu'il faut chercher ces secrets, que les neurosciences modernes commencent à pénétrer. Jean-Philippe Lachaux est directeur de recherche à l'Inserm, au sein du Centre de recherche en neurosciences de Lyon. Il anime un groupe dédié à la compréhension des mécanismes cérébraux des grandes fonctions cognitives humaines.

Présentation de l'éditeur

?Vous n'en avez peut-être pas conscience, mais toute votre perception du monde, votre rapport à ce qui vous entoure, aux autres et à vous-même sont déterminés par un petit quelque chose qui vaut de l'or : votre attention – sans cesse convoitée et courtisée, toujours menacée. Cet ouvrage vous propose précisément de « faire attention à votre attention » dans votre vie quotidienne, pour en tirer un meilleur parti. Pourquoi l'attention échappe-t-elle si souvent au contrôle volontaire ? Pourquoi est-il si difficile de rester concentré ? Que faire pour ne pas se laisser dériver ou pour éviter de papillonner ? C'est dans le cerveau qu'il faut chercher ces secrets, que les neurosciences modernes commencent à pénétrer. Jean-Philippe Lachaux est directeur de recherche à l'Inserm, au sein du Centre de recherche en neurosciences de Lyon. Il anime un groupe dédié à la compréhension des mécanismes cérébraux des grandes fonctions cognitives humaines.

Biographie de l'auteur

Jean-Philippe Lachaux est directeur de recherche à l'Inserm, au sein du Centre de recherche en neurosciences de Lyon. Il anime un groupe dédié à la compréhension des mécanismes cérébraux des grandes fonctions cognitives humaines.

Download and Read Online Cerveau attentif (Le): Contrôle, maîtrise, lâcher-prise Jean-Philippe Lachaux #UIKL5B8Z9JX

Lire Cerveau attentif (Le): Contrôle, maîtrise, lâcher-prise par Jean-Philippe Lachaux pour ebook en ligne
Cerveau attentif (Le): Contrôle, maîtrise, lâcher-prise par Jean-Philippe Lachaux 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 Cerveau attentif (Le): Contrôle, maîtrise, lâcher-prise par Jean-Philippe Lachaux à lire en ligne.
Online Cerveau attentif (Le): Contrôle, maîtrise, lâcher-prise par Jean-Philippe Lachaux ebook Téléchargement PDF
Cerveau attentif (Le): Contrôle, maîtrise, lâcher-prise par Jean-Philippe Lachaux Doc
Cerveau attentif (Le): Contrôle, maîtrise, lâcher-prise par Jean-Philippe Lachaux Mobipocket
Cerveau attentif (Le): Contrôle, maîtrise, lâcher-prise par Jean-Philippe Lachaux EPub

UIKL5B8Z9JXUIKL5B8Z9JXUIKL5B8Z9JX