



Les compétences émotionnelles

Moïra Mikolajczak, Jordi Quoidbach, Ilios Kotsou, Delphine Nelis

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Les compétences émotionnelles Moïra Mikolajczak, Jordi Quoidbach, Ilios Kotsou, Delphine Nelis

 [Download Les compétences émotionnelles ...pdf](#)

 [Read Online Les compétences émotionnelles ...pdf](#)

Les compétences émotionnelles

Moïra Mikolajczak, Jordi Quoidbach, Ilios Kotsou, Delphine Nelis

Les compétences émotionnelles Moïra Mikolajczak, Jordi Quoidbach, Ilios Kotsou, Delphine Nelis

Téléchargez et lisez en ligne Les compétences émotionnelles Moïra Mikolajczak, Jordi Quoidbach, Ilios Kotsou, Delphine Nelis

336 pages

Présentation de l'éditeur

Les compétences émotionnelles désignent la capacité à identifier, comprendre, exprimer, utiliser ses émotions et celles d'autrui. Elles jouent donc un rôle essentiel dans la santé mentale et physique, mais aussi dans la performance au travail et dans les relations sociales.

Premier ouvrage à offrir une synthèse didactique des principaux travaux scientifiques sur le sujet, ce livre détaille avec précision les axes suivants :

- fonctions et bases neurologiques ;
- historique et définition des compétences émotionnelles ;
- identification, écoute et expression des émotions ;
- régulation des émotions positives et négatives ;
- utilisation des émotions.

Biographie de l'auteur

Professeure de psychologie à l'université catholique de Louvain, elle enseigne la psychologie de la santé et la psychologie des émotions. Elle a aussi publié chez Dunod "Les interventions en psychologie de la santé" (2013).

Docteur en psychologie, il est professeur à l'Université Pompeu Fabra de Barcelone où il travaille sur le bonheur et les émotions positives. Il a déjà publié l'ouvrage "Les compétences émotionnelles" paru chez Dunod en 2009.

Consultant et formateur dans le domaine du management, il est aussi chercheur en psychologie des émotions à l'Université Catholique de Louvain. Il a collaboré à l'ouvrage "Les compétences émotionnelles" (2009), sous la direction de M. Mikolajczak.

Chercheur en psychologie à l'université de Liège (Belgique)

Download and Read Online Les compétences émotionnelles Moïra Mikolajczak, Jordi Quoidbach, Ilios Kotsou, Delphine Nelis #MQ1UD0KCL5X

Lire Les compétences émotionnelles par Moïra Mikolajczak, Jordi Quoidbach, Ilios Kotsou, Delphine Nelis pour ebook en ligne Les compétences émotionnelles par Moïra Mikolajczak, Jordi Quoidbach, Ilios Kotsou, Delphine Nelis 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 Les compétences émotionnelles par Moïra Mikolajczak, Jordi Quoidbach, Ilios Kotsou, Delphine Nelis à lire en ligne. Online Les compétences émotionnelles par Moïra Mikolajczak, Jordi Quoidbach, Ilios Kotsou, Delphine Nelis ebook Téléchargement PDF Les compétences émotionnelles par Moïra Mikolajczak, Jordi Quoidbach, Ilios Kotsou, Delphine Nelis Doc Les compétences émotionnelles par Moïra Mikolajczak, Jordi Quoidbach, Ilios Kotsou, Delphine Nelis Mobipocket Les compétences émotionnelles par Moïra Mikolajczak, Jordi Quoidbach, Ilios Kotsou, Delphine Nelis EPub

MQ1UD0KCL5XMQ1UD0KCL5XMQ1UD0KCL5X