

Cultivez votre intelligence émotionnelle

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Type de support : Volume

Titre(s) : Cultivez votre intelligence émotionnelle : mindfulness, bonheur, empathie, résilience

Publication : [Gennevilliers] : Editions Prisma, DL 2019

Description matérielle : 1 vol. (192 p.) : ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 26 cm

Collection : Les cahiers de la Harvard Business Review

ISBN : 978-2-8104-2803-8

EAN : 9782810428038

Appartient à la collection : Les cahiers de la Harvard Business Review Gennevilliers Éditions Prisma 2016- 2801-6920

Classification décimale Dewey : 658.314

Résumé ou extrait : Quels sont les bons réflexes pour réussir à gérer ses émotions et mieux comprendre celles des autres ? Pourquoi est-il indispensable de savoir canaliser ses pensées négatives et de placer la notion de bonheur au cœur de sa vie professionnelle ? Comment surmonter les échecs et les déconvenues qui pèsent parfois lourd sur une carrière ? C'est parce que tes émotions sont essentielles, y compris en entreprise, qu'Harvard Business Review France vous propose ce nouvel ouvrage entièrement consacré à l'intelligence émotionnelle et rédigé par des experts, des chercheurs ou des managers comme Shawn Achor, Susan David, Serge Tisseron... Un ouvrage incontournable pour apprendre à être plus empathique, plus résilient, plus heureux... et plus performant ! Fruits de longues recherches et d'une connaissance intime du monde des organisations, les textes présentés expriment les points de vue uniques de leurs auteurs et portent le gage de qualité de La Harvard Business Review.

Sujet - Nom commun : Maturité affective

Émotions

Intelligence émotionnelle

Psychologie du travail

Forme, genre ou caractéristiques physiques : Guides pratiques