

Le stress

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Titre(s) : Le stress [Texte imprimé] / Laurent Guillet

Auteur(s) : Guillet, Laurent (1974-....)

Editeur, producteur : Bruxelles : [Paris] : De Boeck, DL 2012
(impr. en Belgique)

Description matérielle : 1 vol. (151 p.) : graph., couv. ill. ; 19 cm

Collection : Le point sur Psychologie 2032-7528

ISBN : 978-2-8041-6922-0

EAN : 9782804169220

Appartient à la collection : Le Point sur. Psychologie 2032-7528 2012
Le Point sur (Bruxelles) 2030-207X 2012

Classification décimale Dewey : 155.904 2 23

Note(s) : Bibliogr. p. 135-146

Résumé ou extrait : Le stress, tout le monde en parle, mais que connaît-on réellement à son sujet ? Comment survient-il ? Quelles en sont les causes et les conséquences ? Quels sont les mécanismes qui conduisent à se sentir stressé ? Comment réagit-on face au stress ? Depuis quelques années, la compréhension des mécanismes qui se développent au cours d'une situation stressante s'est considérablement étendue. Fruit de ces recherches, cet ouvrage tente d'analyser le phénomène en exposant les principaux modèles explicatifs du stress, depuis l'événement potentiellement stressant jusqu'à ses conséquences. Des schémas illustrent chacun des modèles évoqués afin de mieux en cerner les différences et d'en comprendre plus efficacement les processus. Y sont notamment abordés le stress en général, le stress spécifique au travail, le stress lié à la pratique sportive et le stress dû à la maladie, notamment durant un cancer.

Sujet - Nom commun : Stress -- Psychologie