

1. Record Nr.	UNINA9910797179403321
Autore	Radigues Geraldine de
Titolo	Comment gerer le stress au travail ? : les conseils a connaitre pour s'en sortir / / par Geraldine de Radigues
Pubbl/distr/stampa	[Place of publication not identified] : , : 50Minutes, , [2014] ©2014
ISBN	2-8062-6144-9
Descrizione fisica	1 online resource (33 p.)
Collana	Coaching pro ; ; Numero 2
Disciplina	158.72
Soggetti	Job stress
Lingua di pubblicazione	Francese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Note generali	Description based upon print version of record.
Nota di contenuto	Page de titre; Comment gérer le stress au travail ?; B.a.-ba du travailleur stressé; Qu'est-ce que le stress ?; La fuite; La lutte; L'inertie; Le stress, indicateur des limites personnelles; Dépasser le stress pour être soi; Passer de la survie à plus de créativité; La relation action-réaction; Le cloisonnement; De la survie à la créativité; Le stress en entreprise; Le contexte social; Les symptômes du stress au travail; Top conseils; FAQ; À quoi sert le stress ?; Comment reconnaître le stress ?; Que cache le stress ?; Comment vivre aux côtés d'un collègue stressé ? Comment évacuer le stress ?En résumé; Pour aller plus loin; Copyright