QUELQUES BONNES LECTURES… parmi tant d’autres !

*\*Gran Public*

*\*\* Niveau Approfondi*

Stress Emotions

1. Système 1/ Système 2. D Kanheman Kles, R Claninards, Broché ( 2017)\*
2. Le piège du bonheur  R HARRIS, PCOUSINEAU, et al., Poche (2017) \*
3. L’intelligence du stress. J Fradin, Eyrolles (2008)\*
4. Méditer jour après jour. C Andre, L’iconoclaste ( 2002 )\*
5. Où tu vas-tu es. JK Zinn, Aventure Secrète (2010)\*
6. Déjouer les pièges du développement personnel. [X Cornette,](https://www.amazon.fr/Xavier-Cornette-de-Saint-Cyr/e/B004MLWI30/ref=dp_byline_cont_ebooks_1)  Broché (2021)\*
7. Votre cerveau vous joue des tours. [Albert Moukheiber](https://www.amazon.fr/Albert-Moukheiber/e/B07R97N621?ref=sr_ntt_srch_lnk_1&qid=1634200836&sr=1-1), Poche (2020)\*

ACT

1. Je rumine , tu rumines , nous ruminons ….B Anselem, Broché (2017)\*
2. Passez à l’ACT. R Harris, De Boeck( 2017)\*\*
3. Guide de la Matrice de l’ACT. K Polk, B Shoendorff, M Webster, F Olaz , De Boeck (2017)\*\*
4. Vous avez TOUT pour réussir - Bien dans mon job, bien dans ma vie, avec l'approche ACT. C Deval  [S Bernard-Curie](https://www.amazon.fr/Sylvie-Bernard-Curie/e/B00JQPBSO2/ref=dp_byline_cont_book_2),  Broché ( 2014)\*
5. Foutez vous la paix ! F Midal, Ed Flammarion( 2017)\*
6. [Découvrir l'ACT.](https://www.amazon.fr/D%C3%A9couvrir-lACT-Th%C3%A9rapie-dAcceptation-dEngagement/dp/2729617736/ref=sr_1_4?__mk_fr_FR=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&keywords=ACT&qid=1578533874&s=books&sr=1-4) C Deval, Broché (2010)\*

ANC

1. La thérapie Neurocognitive et comportementale. J Fradin C Lefrançois , De Boeck ( 2014)\*\*

Surinvestissement émotionnel

1. Enfin libre d’être moi. P Collignon, Eyrolles (2017) \*
2. Heureux si tu veux. P Collignon, Eyrolles( 2015)\*

Motivations et valeurs

1. Manager selon les personnalités ; J Fradin F Le Moullec , Eyrolles (2007 )\*
2. Psychologie de la motivation et des émotions. J Reeve, De Boeck (2017) \*\*
3. La structure des valeurs est-elle universelle ? Genèse et validation du modèle compréhensif de Schwartz.  B Hammer M Wash, L'Harmattan (2010)\*\*

Relations

1. Simplifiez vos relations avec les autres. C Deval  [S Bernard-Curie](https://www.amazon.fr/Sylvie-Bernard-Curie/e/B00JQPBSO2/ref=dp_byline_cont_book_2),  InterEditions (2014)\*
2. Manipulation ne vous laissez plus faire. J Regard, Eyrolles ( 2008 )\*
3. Les compétences émotionnelles. M Mikolajczak J Quoidbach I Kotsu D Nélis, Ed Dunod (2009)\*\*
4. Gestion de la Colère. E Altelloh, Broché (2021)\*
5. Le harcèlement moral dans la vie professionnelle. MF Hirigoien Pocket (2015)\*
6. Ces gens qui ont toujours raison. H Miagnin, Broché (2005) \*