

Quelles conditions pour un cerveau serein ?

Les types psychologiques enrichis par les neurosciences

Frédéric Marquet

Découvrez à quel type de personnalité vous appartenez et créez les conditions de votre succès et de votre bien-être !

Frédéric Marquet nous propose **une nouvelle façon de considérer les outils de personnalité en prenant conscience du fonctionnement de notre cerveau et des besoins profonds à satisfaire pour être épanoui et performant.** En effet, chaque être humain a des besoins innés qui sont issus de ses dominances ou latéralisations cérébrales. Les connaître et les respecter sont des facilitateurs de bien-être et de réussite.

Dans ce **livre pratique**, à partir de l'approche ActionTypes, il reprend les profils psychologiques de Jung (MBTI), les complétant par un profil de motivation issu d'une typologie japonaise. **Des profils complets** (ni simplistes ni manichéens) pour une compréhension des nombreux paradoxes affectant les personnalités.

Une nouvelle approche liant la psychologie, le corps et le cerveau.



Frédéric MARQUET est coach certifié Coach & Team. Il a créé à Lyon le cabinet Immanence conseil, spécialisé dans la valorisation du capital humain des entreprises. Formé au coaching et en psychologie jungienne (certifié MBTI®, ActionTypes®), il a fondé en 2011 la Neuro-

harmonisation®, outil d'accompagnement au changement, de gestion du stress et de développement de la performance individuelle et collective. Il est l'auteur des livres *Bienvenue dans le jeu de la vie !* et *À chacun son cerveau, à chacun sa réussite* aux éditions Le Souffle d'Or.



MOTS CLÉS

management, Jung, personnalités, profils, MBTI, sérénité, test de personnalité, bien-être au travail, relations

SOMMAIRE

Introduction

CHAPITRE 1: Savoir répondre à ses besoins profonds

CHAPITRE 2: Votre carburant : votre schéma d'activation .

CHAPITRE 3: Les bougies : votre profil de motivation.

CHAPITRE 4: Votre moteur : profil d'action

CHAPITRE 5: Des parties au tout : les profils hybrides et convergents

CHAPITRE 6 : Savoir exprimer ses besoins et être à l'écoute de ceux des autres

Chapitre 7 : La dynamique des profils

Conclusion

Annexe récapitulative

Parution le **9 octobre 2015**

Collection : Chrysalide

ISBN : 978 2 84058 545 9

15 x 21 cm - 256 pages - 16 €

CONTACT PRESSE : Marion Ducasse - presse@souffledor.fr - 04 92 65 10 63

Éditions Le Souffle d'Or • 5 allée du torrent • 05000 Gap • www.souffledor.fr