CERVEAU & PSYCHO

Magazine disponible en lecture numérique

À partir de ce numéro daté janvier, Cerveau & Psycho devient mensuel et propose une nouvelle formule, un nouveau format et un nouveau graphisme au service de la révolution des neurosciences. Au sommaire ce mois-ci : la maîtrise de soi. Tous les jours nous sommes tiraillés entre tentation et bonnes résolutions. Or les études le montrent : les individus capables de renoncer à un plaisir immédiat pour un atteindre un objectif supérieur ont plus de chance de réussir leur vie. La bonne nouvelle est que, oui, la volonté se travaille. Un peu comme un muscle : l'entrainement la renforce, le surentraînement la fatigue. Il faut savoir doser, mais l'effort paie : renforcer les circuits cérébraux de la motivation offre à chacun les outils de ses ambitions. Au sommaire également : La religion rend-elle égoïste ? Quand vieillir rime avec bonheur, Pourquoi les femmes n'aiment pas négocier leur salaire ?... Cerveau & Psycho devient mensuel ! Au coeur de la révolution cognitive, le nouveau Cerveau & Psycho sera : + complet + attractif + rythmé

© http://www.journaux.fr/cerveau-psycho_psycho_feminin_84559.html