

Comprendre Le Cerveau De Son Infant

Vous êtes-vous déjà demandé comment fonctionne votre cerveau ? Cette petite merveille d'un kilo et demi de matière qui crée et votre réalité est étonnante. Nous découvrons à quel point il est semblable à un super ordinateur biologique ultrasophistiqué, fonctionnant par des échanges chimiques et des courants électriques. Puis entre rêve et réalité, la technologie et philosophie, nous nous aventurerons dans l'univers de la conscience vers le monde de demain. Rêvez et imaginez : Un professeur en sciences cognitives expérimente en direct sur le net par conférence vidéo et o, lorsqu'un énoncé rigmatique interlocuteur requiert toute son attention. S'ensuit une expérience chirurgicale fort en dédite, où un transhumanisme rimerà avec l'Intelligence Artificielle. Ce qui aura des conséquences plutôt inattendues. Entre essai scientifique et histoire fantastique, cette réflexion sur le futur ne devrait pas laisser votre cerveau indifférent, car bien des mystères sur la machine humaine et notre raison d'être dans ce vaste univers y seront abordés.

Bonheur, émotions, intelligence… En se basant sur les dernières découvertes sur le cerveau et leur application à l'éducation, cet ouvrage offre aux parents les clés pour mieux comprendre leur enfant et lui donner toutes les chances de mener une vie épanouie. La dyspraxie, estime-ton, touche environ 6 % des enfants. Il s'agit d'un trouble de la planification et de la coordination des mouvements n'est cessaires pour réaliser une action nouvelle, orientée vers un but précis. Ainsi, un enfant dyspraxique met souvent ses vêtements à l'envers et son écriture, malgré tous ses efforts, demeure ardue et maladroite. Rédigé dans un style clair, *Mon cerveau ne m'a pas proposé une conception globale des multiples aspects du soutien à l'enfant dyspraxique.* De l'annonce du diagnostic jusqu'à l'adolescence, les auteurs prisent les défis de la vie quotidienne et de l'apprentissage scolaire ainsi que des interventions de réadaptation. Sont ainsi données des précieuses clés pour mettre en œuvre un accompagnement sur mesure. Parler ouvertement de la dyspraxie à la maison, dans la famille, à l'école, contribue à dédramatiser le handicap et à valoriser l'enfant tel qu'il est.

Le cerveau est étonnant à chaque instant les informations qui lui parviennent les plus importantes grâce à ce que l'on appelle l'attention. Mais dans notre monde hyperconnecté, les données qui lui parviennent sont de plus en plus nombreuses. Comment utiliser notre cerveau au mieux pour ne pas se laisser distraire et concentrer notre énergie sur ce qui est le plus important ? Comment être plus attentif au quotidien ? En partant des problèmes d'attention qui nous compliquent constamment la vie, Jean-Philippe Lachaux décrit comment fonctionnent l'attention et le cerveau, Jean-Philippe Lachaux décrit comment fonctionnent l'attention et le cerveau pour nous apprendre à restaurer rapidement notre attention à chaque distraction, comme l'ambulancier qui doit braver pour nous aller à l'hôpital. Les exemples concrets en exercices pratiques nous apprend ainsi à développer notre sens de l'équilibre attentionnel pour mieux nous concentrer, quelle que soit notre activité. « Anticiper les problèmes de l'école polytechnique, Jean-Philippe Lachaux est directeur de recherches en neurosciences cognitives au sein de l'unité Inserm « Dynamique cérébrale et cognition », à Lyon. Il est l'auteur du Cerveau attentif. Contrôlé, maîtrisé et cherché, qui a rencontré un grand succès.

Vous savez, un allié à tout égard. Votre cerveau, un allié à tout égard. Contrairement au cerveau pour mieux manger. Ce que passe-t-il dans la tête de votre enfant ? Mon cerveau ne m'a pas proposé. Learn how to make the most of your intelligence Comprendre, apprendre, maîtriser.

Elle saute partout, il peine à se concentrer, elle manque de confiance, il oublie ses affaires, elle crise à la moindre frustration, il est violent à l'école, elle se montre difficile à table... Que d'exaspération devant leurs comportements ! Et s'il y avait des raisons autres que le manque de limites ? Méconnaître le rythme du développement cérébral de l'enfant est source de nombreux conflits, cris et punitions. Un jour il a besoin de liberté, le lendemain il vient se réfugier dans les bras de maman. Il n'est pas simple de fixer la frontière entre le trop et le trop peu de contrôle parental. Non, tout n'est pas encore joué ! Et le parent peut faire beaucoup pour nourrir la confiance de son enfant. Dans ce livre, comme dans j'ai tout essayé !, les parents découvriront une approche efficace, fondée sur les découvertes des neurosciences. Ainsi, vivre avec un enfant de six à onze ans redeviendra un bonheur au quotidien !

En presque trente ans d'expérience professionnelle, Pierre Guilbert a pu forger son approche de la communication dans tous les secteurs. Du non marchand au commercial, en passant par le culturel, la fonction publique et le politique, ses responsabilités l'ont amené à constater combien une "bonne communication", souvent beaucoup plus simple qu'on ne le croit, pouvait faciliter un bon développement, alors qu'une mauvaise communication, ou pire son absence, était bien souvent la cause du démarrage d'un cercle vicieux dommageable pour tous. Ce B.A.-Ba de la communication s'adresse à tout le monde. A toute personne qui entend séduire, informer ou convaincre l'autre. Pour entrer en relation avec cet autre, il faut se mettre à sa place, le comprendre, et saisir ses centres d'intérêt. C'est finalement nettement plus simple qu'on le croit. Il s'agit de maîtriser les cinq éléments qui vont construire la communication. Et se méfier du sixième élément, qui va la démolir. Il s'agit également de comprendre le cerveau de l'autre, oh pas d'une manière réellement biologique, mais plutôt métaphorique. Pour savoir comment éveiller son instinct, animer ses réflexes, rencontrer ses émotions. Lui "parler" et faire qu'il "écoute". Enfin, une perspective est proposée, pour cette époque captivante et troublante, passionnante et inquiétante, qu'est ce début de siècle. Siècle de la communication, qui voit l'avènement de l'Homo Connectus que nous devenons tous. L'idée n'est pas que le lecteur devienne un expert hors pair de la communication, de manière à conseiller un président de la République, à lancer sa chaîne de télé ou son journal, à concevoir une campagne de pub, à réaliser une émission radio ou à éditer un site Web. Il y a des spécialistes pour cela. Mais le lecteur pourra mieux parler avec ces spécialistes, s'il fait appel à eux. Il pourra mieux définir ses exigences d'éditeur s'il sous-traite une newsletter, un Intranet, une vidéo corporate, un événement. Il pourra également, au quotidien et sans en sous-traiter la responsabilité, mieux rédiger, parler, convaincre, vendre, motiver, demander, exiger, séduire, discourir... mieux communiquer.

Qui n'a jamais rêvé de connaître comment apprendre plus facilement ? Ce livre dessiné permet à chacun, enfant plus ou moins grand de découvrir une partie du mode d'emploi de son cerveau afin de comprendre comment on fonctionne dans l'apprentissage, l'importance des émotions et du calme. Le livre est dessiné parce que le cerveau préfère le dessin. Le livre peut être coloré pour mieux se l'approprier. Le Labo de TON Cerveau, c'est le point de départ d'une nouvelle méthode pour développer son potentiel apprentissage. Les Neuro-sciences vous apportent enfin de nouvelles pistes.

Comprendre le cerveau de son enfant. Ce titre, d'apparence anodine, rapproche deux mots qui semblent ne pas appartenir au même monde. D'un côté, l'unicité d'un enfant ; de l'autre, le cerveau qui contient des milliards de neurones. Tous les enfants apprendront, différemment, à des vitesses variées. Mais la vitesse de traitement de l'information et la variété de son traitement ne déterminent aucunement l'intelligence. Il n'y a pas de norme d'apprentissage, ni de norme d'intelligence. Les enfants ont un avenir imprévisible mais pour évaluer, ils doivent être assurés que leur entourage croit en leur évolution de manière inconditionnelle. Ce livre a pour ambition d'aider les parents à modifier leurs représentations concernant le développement de l'enfant. A l'aide d'explications claires et didactiques, Pascale Toscani adopte au fil de cet ouvrage une double approche complémentaire ; celles de la psychologie et des neurosciences. Il a pour vocation : - d'éclairer le lecteur sur le fonctionnement du cerveau de l'enfant ; - de faire un sort aux fausses croyances concernant le fonctionnement du cerveau, les neuromythes ; - d'expliquer les grands mécanismes des fonctions cognitives, fonctions qui permettent aux enfants d'entrer en contact avec le monde (la mémoire, l'attention, le langage, la motivation, les émotions...) ; - de donner des conseils d'hygiène de vie pour favoriser les apprentissages et le bien-être des petits et des grands : le sommeil, le sport, l'alimentation, tous les paramètres qui favorisent leur développement. L'enfant a un avenir imprévisible, rien ne peut jamais se prédire. Aidons-le à s'épanouir à son rythme !

24 h dans votre cerveau

Apprendre vite et bien - Les meilleures techniques des neurosciences pour booster son cerveau

Le cerveau de votre enfant

Architecture et fonctionnement du cerveau, cerveau gauche contre cerveau droit, cerveau linguistique, émotionnel, sommeil et rêve...

Notre Cerveau Et Le Plaisir

Les neurosciences au service de la pédagogie

La dyspraxie estime-ton touche environ 6 % des enfants. Il s'agit d'un trouble de la planification et de la coordination des mouvements nécessaires pour réaliser une action nouvelle orientée vers un but précis. Ainsi un enfant dyspraxique met souvent ses vêtements à l'envers et son écriture malgré tous ses efforts demeure ardue et maladroite. Rédigé dans un style clair cet ouvrage propose une conception globale des multiples aspects du soutien à l'enfant dyspraxique. De l'annonce du diagnostic jusqu'à l'adolescence les auteurs présentent les défis de la vie quotidienne et de l'apprentissage scolaire ainsi que des interventions de réadaptation. Sont ainsi données de précieuses clés pour mettre en œuvre un accompagnement sur mesure. Parler ouvertement de la dyspraxie à la maison dans la famille à l'école contribue à dédramatiser le handicap et à valoriser l'enfant tel qu'il est.

La 4ème de couv. indique : "Mieux connaître son cerveau pour en tirer le meilleur. Notre cerveau possède une marge de progression phénoménale, pour peu que nous en comprenions les mécanismes et que nous adoptions les stratégies adaptées. Tenir compte de quelques grandes règles de fonctionnement cérébral nous permet de : comprendre et gérer nos réactions émotionnelles, prendre de bonnes décisions en situation de tension ou d'incertitude, nous adapter aux changements incessants, déterminer nos motivations profondes, mieux résister au stress, tisser des relations constructives, accroître l'efficacité collective. Cet ouvrage s'appuie sur les avancées les plus récentes en psychologies comportementales et en neurosciences pour ouvrir de nombreuses opportunités d'applications professionnelles, pour soi-même ou dans la gestion d'une équipe. Il permet ainsi à chacun, en fonction de ses attentes et de ses motivations, d'explorer son plein potentiel."

Vous avez des difficultés à bien concentrer ? Vous avez du mal à retenir ce que vous apprenez au-delà de l'examen ? Vous manquez de motivation et de rigueur dans vos apprentissages ? Ce livre est fait pour vous ! Barbara Oakley et Olav Schewe ont rassemblé dans ce livre des techniques infallibles pour apprendre efficacement. Basés sur les dernières découvertes des neurosciences sur l'apprentissage, les conseils et méthodes proposés vous permettent de : lire efficacement • développer votre mémoire • améliorer vos prises de notes • retrouver votre motivation • vaincre la procrastination Tout ce qu'il vous faut pour réussir vos études (quoi que vous étudiez) et atteindre vos objectifs !

Cet ouvrage jette une lumière nouvelle sur l'apprentissage. Il dresse un panorama des connaissances actuelles et des découvertes dans le domaine des sciences cognitives et de la recherche sur le cerveau. Il montre ce que les dernières techniques ...

Comment reprendre le contrôle de son cerveau rapidement

naissance d'une science de l'apprentissage

Épanouir son enfant grâce aux découvertes sur le cerveau

Comprendre et apprivoiser son attention grâce aux neurosciences

Il me cherche !

Sur les fonctions du cerveau et sur celles de chacune de ses parties

Les personnes ayant des apprentissages scolaires peuvent être performantes dans des domaines extérieurs à l'école. En sport, en art, en musique, dans leurs relations sociales. Comment se fait-il que certains enfants aient de la difficulté en mathématiques et soient performants en français ? Ou l'inverse ? Pourquoi l'histoire ou la chimie nous paraissent-elles si difficiles à apprendre avec tel professeur, et si faciles l'année suivante lorsque nous changeons d'enseignant ? C'est pourtant toujours notre même cerveau qui apprend. Comprendre comment notre cerveau aime recevoir et traiter l'information, découvrir son profil mental, l'accepter et exploiter ses richesses sont les clés pour résoudre les difficultés d'apprentissage. L'apprentissage est simple lorsqu'on emploie la méthode qui nous convient.

Vous est-il déjà arrivé (ou peut-être est-ce votre cas en ce moment) de vivre une période où vous avez le sentiment de ne plus avancer, répétant les mêmes schémas et souhaitez savoir comment changer tout ça ? Comment reprendre le contrôle de son cerveau rapidement vous aidera d'une façon simple à comprendre comment il fonctionne et comment le reprogrammer pour enfin vivre une vie épanouie et pleine de sens. Par ses conseils de coach et de thérapeute, Fabrice TODDE vous fait part de son expérience quotidienne qui aide et a aidé des milliers de personnes.

Sommes-nous à la merci de notre chimie cérébrale ? Que nous révèle un IRM ? La notion de cerveau droit créatif et cerveau gauche logique est-elle trop simpliste ? Savez-vous pourquoi nous ne rions pas quand nous nous chatouillons nous-mêmes ? Grâce à cet ouvrage de vulgarisation intelligente, vous allez enfin comprendre des savoirs que des savants font. C'est à ces deux niveaux : les processus et les structures, que nous nous situons dans cet ouvrage destiné à tout qui est confronté aux cheminement nécessaires pour « apprendre ». Des règles de mémorisation et d'apprentissage efficaces fondées sur des recherches scientifiques. PROPOS DE LA COLLECTION OUTILS POUR ENSEIGNER La collection Outils pour enseigner explore les tendances actuelles de la pédagogie et de la didactique et propose des ouvrages concrets et d'accès aisé pour la construction de savoir-faire et de savoir-être. Des outils de formation qui joignent la théorie à la pratique, pour les enseignants du fondamental, les étudiants en pédagogie, les inspecteurs, les formateurs ainsi qu'aux éducateurs, animateurs et parents. Depuis 2012, la collection Outils pour enseigner a entamé une grande phase de relooking. Ne tardez pas à découvrir les nouvelles couvertures !

Comment pense votre enfant ? Comment réfléchit-il ? Comment l'aider à développer ses compétences ? À exprimer toutes ses potentialités ? Bien sûr, l'école prend en charge une grande part de son éveil. Mais qu'il s'agisse de l'attention, de la mémorisation, de la réflexion, ou encore de l'imagination, les parents ne peuvent ignorer aujourd'hui les mécanismes qui mobilisent les ressources nécessaires à l'apprentissage. C'est en observant « ce qui se passe dans sa tête » que chaque enfant, avec l'aide de ses parents, peut découvrir la forme de sa pensée et apprendre à la diriger avec succès en fonction des tâches à accomplir. Apprendre à se connaître serait-il un préalable à apprendre à apprendre ? L'école sollicite et hypertrophie le cerveau logique, laissant en friche le cerveau de l'imagination, de la pensée intuitive et de l'innovation. Pourtant, l'imagination est une compétence essentielle à l'intelligence. L'imagination peut par exemple être utilisée pour contourner les blocages des enfants ayant emmagasiné une trop forte mémoire de l'échec. Elle aide à construire sa personnalité et à exprimer ses émotions. C'est pourquoi il est urgent de rééquilibrer la situation et de permettre à l'enfant de développer toutes ses intelligences et pas seulement le cerveau logique, celui de la répétition, le « chouchou de l'école » ! Dans cette nouvelle édition, Alain Sotto s'intéresse au cerveau des enfants en difficulté : l'enfant

dyslexique (dyslexie de surface ou profonde, dysorthographe, dyscalculie, dyspraxie), l'enfant hyperactif, toujours en mouvement, qui ne parvient pas à maintenir sa concentration, ce qui est un empêchement à la réflexion, l'enfant agressif ou violent en réponse à toute autorité, l'enfant inquiet en décrochage scolaire ou démotivé, l'ado déprimé ou encore l'enfant surdoué dont l'école rechigne à reconnaître la précocité. L'enfant est-il atteint d'un trouble handicapant ou d'un problème qui, malgré les bilans alarmants, peut être surmonté, amenant l'enfant à un apprentissage paisible ? Est-ce la faute de l'école qui tente de conduire tous les enfants vers le savoir à la même vitesse ? Est-ce le fait des parents dans leur pratique éducative parfois marquée par leurs propres inquiétudes ? L'auteur fait le point sur les dispositifs et guide les parents dans leur appréciation du problème et sa résolution. Ce livre, nourri d'exemples concrets et de conseils accessibles, est destiné aux parents attentifs au développement harmonieux de leur enfant. Il permet de comprendre comment fonctionne son intelligence à propos de l'auteur Alain Sotto est un psychopédagogue, spécialisé en neuropédagogie et en psychologie de la connaissance. Il reçoit, depuis plus de vingt ans, des enfants et des adultes en difficultés d'apprentissage. Il a fondé en 1989 l'Association de recherches en neuropédagogie (ARN) et anime le site www.cancres.com

« Voir son cerveau est une expérience émouvante et intime. En trente-cinq ans de recherches, j'ai vu la boîte crânienne rendue transparente, les pensées devenir décodables, les maladies céder à un début de compréhension. J'ai participé à la genèse des premières théories mathématiques qui expliquent comment relier la conscience et son substrat matériel. C'est cette aventure intellectuelle en plein essor que j'ai voulu raconter ici, en partageant avec vous une certaine d'images spectaculaires de la conquête du cerveau. » S. D. Un livre unique. Stanislas Dehaene est professeur au Collège de France, titulaire de la chaire de psychologie cognitive expérimentale, membre de l'Académie des sciences. Il préside le Conseil scientifique de l'Éducation nationale. Il a publié Les Neurones de la Lecture, La Bosse des maths, Le Code de la conscience et Apprendre !, qui ont rencontré un très grand succès.

les neurosciences pour cultiver votre intelligence émotionnelle, prendre les bonnes décisions et gérer votre énergie

Les Animaux dans mon cerveau

Des informations pour comprendre, des conseils pour l'entretenir, des jeux pour le stimuler

Comprendre le cerveau

Comprendre ce qui se passe dans son cerveau entre 6 et 11 ans

Les talents cachés de votre cerveau au travail

Avec ou sans substances psychotropes, toutes les addictions relèveraient d'une lutte permanente contre notre bruit de fond existentiel. Nous sommes tous des « drogués » à tout un ensemble de comportements nécessaires qui nous procurent du plaisir ou nous soulagent d'une souffrance. Ces comportements de la vie quotidienne nous confrontent parfois à des effets de manque, d'habitude, de dépendance. Au-delà des drogues, des médicaments psychotropes, il s'avère que de nombreuses sources de stimulation font l'objet d'un investissement addictif. Nous pouvons consommer travail, télévision, internet, distractions, des personnes, l'amour, la sexualité... comme d'autres consomment de l'héroïne. Le Dr Éric Loois construit pas à pas, en prenant appui sur les bases scientifiques de la neurobiologie, un modèle qui intègre toutes ces addictions, nous permettant de comprendre les liens entre les addictions malades et toutes ces autres addictions de la vie quotidienne, dont nous sommes souvent les esclaves. L'ouvrage nous donne alors quelques pistes pour prendre de la distance par rapport à nos dépendances. » Notre cerveau posséderait un fonctionnement naturellement addictif ; si nous contrôlerait, de par sa constitution, comme un drogué. » Présentation de l'éditeur : illustré par plus d'une trentaine de figures, étayé sur une consistante bibliographie de 114 références, scientifiques ou philosophiques, cette réédition, révisée, améliorée et actualisée, de l'ouvrage de 1997, garde ainsi toute son actualité. Ce livre peut intéresser un large public désireux de s'initier aux arcanes de notre cerveau, dans sa recherche et consommation du plaisir. Le concept élargi d'addiction (des consommations addictives de substances jusqu'aux addictions comportementales), trouve ici un support consistant, dans un modèle d'addictivité générale audacieux, qui ouvre d'intéressantes perspectives à la recherche théorique ou appliquée en matière d'addictions. En cela, ce livre pourra intéresser les étudiants, comme les chercheurs et les professionnels.

Vous avez le pouvoir de changer votre vie grâce à votre cerveau ! Embarquez pour une odyssée passionnante et laissez-vous emporter pendant 24 heures dans le cerveau de Léa. Léa, c'est vous, c'est nous. Maman de deux enfants, elle est confrontée aux difficultés de la vie moderne : manque de sommeil, rythme effréné, tensions au boulot, famille turbulente, recherche du grand amour... Erwan Devezte décrypte à l'aide des neurosciences ce qui se passe dans notre cerveau tout au long de la journée et propose des conseils simples pour mieux vivre chaque situation et être (enfin) plus épanouis ! Sommeil, alimentation, méditation, respiration, sport, relations aux autres... cet ouvrage fourmilte de pistes d'actions indispensables pour reprendre soin de votre cerveau au quotidien. De quoi vous changer la vie ! Dirigeant de Neuroperformance Consulting, Erwan Devezte est consultant en neurosciences et management. Auteur-conférencier, il participe à la réalisation de programmes de recherche appliquée en neuromanagement. Retrouvez l'auteur sur son site : www.neuroperformance.fr

La 4e de couv. indique : "Cet ouvrage fait le lien entre les connaissances neuroscientifiques qui s'accumulent depuis plusieurs années et la formation professionnelle pour adultes. Son ambition : faire comprendre aux lecteurs ce que nous disent les neurosciences sur le fonctionnement du cerveau quand il apprend et ce que nous pouvons en tirer pour faciliter cet apprentissage en formation."

Cet ouvrage fait le lien entre les connaissances neuroscientifiques qui s'accumulent depuis plusieurs années et la formation professionnelle pour adultes. Son ambition : faire comprendre aux lecteurs ce que nous disent les neurosciences sur le fonctionnement du cerveau quand il apprend et ce que nous pouvons en tirer pour faciliter cet apprentissage en formation. L'auteur, docteur en psychologie cognitive, s'appuie sur les recherches actuelles pour relier la théorie sur le fonctionnement du cerveau avec des pratiques pédagogiques très concrètes. Elle propose aux formateurs et aux consultants, depuis la conception jusqu'à l'animation, des solutions directement applicables afin de rendre les interventions présentes/elles, distancielles ou blended plus impactantes, fluides et mémorisables. Aurélie Van Dijk s'appuie également sur son expérience en tant que consultante formatrice pour présenter une palette inédite d'applications : modalités pédagogiques adaptées, supports de formation innovants... De nombreux outils sont utilisés tout au long de l'ouvrage pour permettre aux lecteurs de progresser : témoignages des acteurs de terrain, cas pratiques, quiz, fiches mémo et illustrations en sketchnoting...

Sur les fonctions du cerveau et sur celles de chacune de ses parties : avec des observations sur la possibilité de reconnaître les instincts, les penchans, les talents, ou les dispositions morales et intellectuelles des hommes et des animaux, par la configuration de leur cerveau et de leur tête

de Gutenberg à L'homo Connectus

Maximising Your Intellectual Abilities

comprendre et aider l'enfant dyspraxique

"Il me cherche !"

Sur les fonctions du cerveau et sur celles de chacune de ses parties: Sur l'organe des qualités morales et des facultés intellectuelles, et sur la pluralité des organes cérébraux

Pourquoi faut-il connaître son cerveau pour mieux manger ? D'abord, parce que nous pouvons alors le nourrir convenablement. Tout ce dont il a besoin pour bien se développer et fonctionner existe dans notre assiette. Du gras notamment : cholestérol, oméga-3 et autres acides gras composent toutes les structures cérébrales, des neurones aux vaisseaux sanguins. Ne nous en privons donc pas ! Ensuite, savoir comment le cerveau fonctionne permet d'éviter les pièges du marketing alimentaire... Nous sommes souvent trompés en matière de nutrition car nous jugeons ce qui est bon ou mauvais selon nos connaissances, notre culture, voire ce que notre voisin fait... Autre raison : vous souhaitez perdre quelques kilos et tentez le nouveau régime de l'été. Vous maigrirez vite au début... mais aurez tout repris quelques mois plus tard car votre cerveau va tout faire pour reconstruire vos réserves de graisses. Le cerveau est le meilleur moyen pour garder ou pour retrouver votre poids de forme. Enfin, dans le cerveau, se trouve la clé du plaisir. Et manger, ce n'est pas seulement se nourrir, c'est aussi apprécier les aliments et partager des moments agréables. La convivialité et les instants de bonheur qui l'accompagnent améliorent notre santé mentale. Écrit par des spécialistes de toutes disciplines scientifiques, nutritionnelles, psychologiques, sociologiques, etc, ce livre est un recueil d'articles parus dans la revue "Cerveau & Psycho". Il arrive à point nommé au moment où beaucoup d'informations « pseudo-diététiques » circulent, la plupart ne reposant pas sur de véritables connaissances scientifiques.

Qu'ils soient désordonnés ou violents à l'école, qu'ils manquent de concentration ou de confiance en soi, qu'ils ne cessent de mentir ou crient à la moindre frustration, qu'ils fassent encore pipi au lit, se montrent difficile à table ou n'ont aucun ami... Il y a des raisons. À cet âge, tout n'est pas encore joué. Et le parent peut nourrir la confiance de son enfant. De six à onze ans, l'enfant conquiert de l'autonomie. Et la frontière entre le trop et le trop peu de contrôle, pour accompagner cette indépendance naissante, n'est pas facile à définir, d'autant qu'elle est fluctuante ! Un jour il a besoin de liberté, le lendemain il vient se réfugier dans les bras de maman. Si chacun est unique, le cerveau d'un enfant de dix ans ressemble cependant plus à celui d'un autre enfant du même âge qu'à notre cerveau d'adulte. Oublier cela est source de nombreux conflits, de cris, de punitions inutiles et d'exaspération parentale. Les parents découvriront dans ce livre une approche efficace parce que fondée sur les récentes découvertes des neurosciences. Pour cela, Isabelle Filliozat utilise la même méthode que dans j'ai tout essayé ! • Un ou plusieurs dessins illustrant le comportement problème de l'enfant, et la réaction des parents • Un éclairage scientifique sur ce qui se passe dans le cerveau de l'enfant • Une proposition d'approche concrète et pratique du problème Et la vie avec un enfant entre six et onze ans sera redeviendra un délice au quotidien ! Dessins d'Anouk Dubois

This book provides new insights about learning by synthesising existing and emerging findings from cognitive and brain science.

Comprendre le cerveau de votre enfant entre 6 et 11 ans pour résoudre les conflits. Elle saute partout, il peine à se concentrer, elle manque de confiance, il oublie ses affaires, elle est violente à l'école, il se montre difficile à table... La période de six à onze ans est souvent marquée par les conflits de pouvoir, entre des enfants en quête d'autonomie mais en fort besoin d'attention, et des parents excédés par leurs attitudes. Et si, plutôt que de fixer à tout prix des limites, il suffisait de bien comprendre leur rythme de développement cérébral et de s'y adapter ? Les récentes découvertes des neurosciences ont beaucoup à nous apprendre en ce domaine ! Dans ce livre, découvrez une approche efficace, fondée sur la compréhension du cerveau de nos enfants, pour remédier aux situations de conflits, de cris et de punitions et répondre le mieux possible à leurs besoins profonds. Ainsi, votre quotidien à leurs côtés redeviendra plus apaisé !

Un guide pour enfants pour comprendre et contrôler leur comportement

Les Bases

Face à face avec son cerveau

La science de l'enfant heureux

Tout comprendre du cerveau et de l'apprentissage des adultes

Comprendre ses émotions et reprendre le contrôle de sa vie

Cet ouvrage jette une lumière nouvelle sur l'apprentissage. Il dresse un panorama des connaissances actuelles et des découvertes dans le domaine des sciences cognitives et de la recherche sur le cerveau. Il montre ce que les dernières techniques d'imagerie cérébrale et autres avancées en neurosciences révèlent sur le développement du cerveau. Il examine notamment son fonctionnement à différentes étapes de la vie, depuis la naissance jusqu'à la vieillesse, ainsi que son rôle dans l'acquisition de compétences comme la lecture et le calcul. On trouvera également dans ce livre des analyses scientifiques sur les conséquences de dysfonctionnements du cerveau en cas d'affections telles que la dyslexie ou la maladie d'Alzheimer. Cet ouvrage est une lecture essentielle pour tous ceux que la question de l'éducation intéresse, qu'il s'agisse de parents, d'enseignants, d'apprenants ou de responsables politiques. Ce livre pourra confirmer et éclairer ce qu'ils savent déjà d'expérience, mais il ménage également des surprises. L'un des objectifs de Comprendre le cerveau est d'encourager le dialogue entre les éducateurs et les chercheurs en neurosciences. Il s'agit de voir ce que chacun peut apporter à l'étude du processus d'apprentissage. Un effort international et transdisciplinaire contribuera de manière décisive au traitement des problèmes récurrents dans le domaine de l'éducation.

Ready to take your career to the next level? Find out everything you need to know about maximizing your intellectual abilities with this practical guide. Human beings only use 10% of their brain capacity; this is a fact that most people are aware of, but few know what it really represents. Optimising our intellectual abilities allows us to learn and remember things more easily, make more effective decisions and grow both professionally and personally. This guide will enable you to do just that with helpful tips and fun brain-training exercises. In 50 minutes you will be able to : • Use your brain faster and more efficiently • Make fewer mistakes in work or studying and retain information more easily • Implement changes to your lifestyle that will promote healthy and efficient brain function ABOUT 50MINUTES.COM | COACHING The Coaching series from the 50Minutes collective is aimed at all those who at any stage in their careers, are looking to acquire personal or professional skills, adapt to new situations or simply re-evaluate their work-life balance. The concise and effective style of our guides enables you to gain an in-depth understanding of a broad range of concepts, combining theory, constructive examples and practical exercises to enhance your learning.

Un nouvel outil pour enfants et parents/enseignants pour les aider à expliquer et à gérer les réponses de se battre, se sauver et geler sur place. Ces réponses automatiques sont souvent accompagnées d'émotions et d'actions compliquées. Nous avons maintenant la possibilité de donner le pouvoir aux enfants de régulerleur comportement de manière efficace. Quand Paméla est agacée par sa petite sœur, elle lui jette son livre de coloriage. La mère de Paméla intervient pour l'aider à comprendre comment le cerveau agit pour diriger le comportement. Maman utilise des animaux pour expliquer les processus complexes du cerveau d'une manière que les jeunes apprenants peuvent comprendre. Paméla est habilitée à comprendre son comportement et à apprendre l'importance de faire une pause lorsqu'elle se sent bouleversée avant de faire quelque chose qu'elle pourrait regretter. Les enfants et les adultes vont adorer ce livre délicieusement illustré qui explique de manière incroyable les fonctionnements du cerveau aux enfants d'âge scolaire... Dr. Jane Nelsen, auteure et co-auteur de la série de livres La discipline positive (Positive Discipline) Des exercices, jeux de logique, de mémoire, de calcul ou de langage afin de stimuler son activité cérébrale. Également des informations sur les mécanismes cognitifs et un point sur les avancées scientifiques dans le domaine des neurosciences.

Comprendre le cerveau de son enfant

Tout comprendre du cerveau et de l'apprentissage des adultes

Les secrets du cerveau féminin

Sur les fonctions du cerveau et sur celles de chacune de ses parties, avec des observations sur la possibilité de reconnaître les instincts, les penchans, les talons, ou les dispositions morales et intellectuelles des hommes et des animaux, par la configuration de leur cerveau et de leur tête

Le Cerveau