



Faire ses études suppose des capacités intellectuelles, une bonne dose de courage et une méthode de travail mais aussi le confort psychologique.

Ce livre s'adresse aux étudiants de toutes disciplines soucieux d'augmenter leur quantité et leur qualité de travail, de se sentir mieux avec eux-mêmes et les autres (professeurs, autres étudiants) ainsi que face au savoir et aux examens.

Les références théoriques qui ont servi de base à la réflexion de l'auteur sont la psychologie contemporaine (Berne, Freud, Jung, Erikson, Watzlawick...) et la sagesse antique.

Elles se retrouvent dans les différents chapitres du livre, qu'il s'agisse des moyens pratiques d'apprendre, des façons d'améliorer ses relations interpersonnelles ou son travail, des manières d'affronter l'examen aussi bien que des « trucs » pour résoudre les difficultés au quotidien ou encore de grilles d'auto-analyse pour mieux se connaître et changer si nécessaire.

Si des réformes sont souhaitables sur le plan institutionnel de l'organisation des études, l'étudiant, quel que soit le système en place, a également plus de pouvoir qu'il ne le croit parfois pour améliorer ses conditions de vie : ce livre vise à stimuler la créativité existentielle de ceux qui sont engagés dans un processus de formation intellectuelle et professionnelle.

L'auteur

Jean-Claude DORTU, licencié en philosophie et lettres, agrégé de l'enseignement moyen du degré supérieur de l'Université de Liège, est professeur à l'École Européenne de Bruxelles II, et animateur de groupes centrés sur la relation, le stress et le rêve éveillé dirigé, en Belgique, en France et dans d'autres pays.

*La collection **Méthod'Sup** a pour objectif d'aider les étudiants en toutes disciplines à acquérir des méthodes de travail adaptées et opérationnelles leur permettant de préparer intelligemment contrôles, examens et concours et de s'organiser avec efficacité pour l'ensemble de leur vie étudiante et de leur travail universitaire. Cet acquis méthodologique sera un atout précieux pour leur future activité professionnelle.*



Code éditeur : 0155030
ISBN : 2-7081-1221-X

DISPONIBLE DANS LA LIMITE DU STOCK