

Bibliographique sur la gestion du stress

- Cungi C, Savoir gérer son stress, Retz, Paris, 1998
- Cungi C, Savoir se relaxer, Retz, Paris, 2003
- Chapelle F & Monié B. Bon stress, mauvais stress : mode d'emploi. Paris, Odile Jacob, 2007.
- Légeron P, Le stress au travail, Paris, Odile Jacob, 2001.
- Albert É, Guide de la gestion du stress, City and York, Dublin, 1995
- Chneiweiss L & Tanneau É. Vivre sans stress. Le Cavalier Bleu, Paris, 2003.
- Graziani P et Swendsen J. Le stress : émotions et stratégies d'adaptation. Paris, Nathan, 2004.
- Maex E. Mindfulness : apprivoiser le stress par la pleine conscience. Bruxelles, De Boeck, 2007.
- Paulhan I et Bourgeois M, Stress et coping, PUF, collection Nodules, Paris, 1995
- Servant D, Relaxation et méditation, trouver son équilibre émotionnel. Odile Jacob, 2007.