

# Les neurosciences

Les neurosciences : la science du changement de l'avenir!

Cliquez [ici](#) pour lire mon infolettre et faire l'exercice de « neuro expérience » :-).



## Les neurosciences : définition

Les neurosciences sont une branche des sciences biologiques qui s'intéresse à l'étude du système nerveux. Au cours des dernières décennies, grâce au développement technologique, ce champ de recherche a connu un essor extraordinaire. Ainsi, plusieurs des découvertes des neurosciences influencent maintenant notre façon de voir le monde et contribuent activement à transformer nos vies.

**Comme praticienne certifiée en neurosciences appliquées**, je m'intéresse grandement aux découvertes sur le sujet. Comme coach PNL, je les applique dans mes approches en coaching. Elles permettent d'accompagner les individus dans le changement de manière plus optimale.

Les neurosciences, un domaine fascinant et très vaste!

Pour n'en nommer que quelques uns, les neurosciences s'intéressent à différents domaines: Les niveaux d'organisation et de fonctionnement du système nerveux central, aux mécanismes cérébraux des fonctions mentales supérieures (par exemple, la perception, l'attention, la mémoire, les émotions), de la conscience, du sommeil ,de l'hypnose , aux états modifiés de conscience, à la neuroplasticité, à l'épigénétique , au neurofeedback etc..

Diane Gagnon

coach, formatrice et conférencière

- Coach Professionnelle certifiée en PNL (programmation neurologique)
- BA communication et formatrice certifiée
- Praticienne en neurosciences appliquées

Référence: Site web de coaching Québec; formation praticien en neurosciences appliquées