



Dossier thématique #51 :

Les examens, la gestion du temps et la gestion du stress

Vous trouverez ci-dessous une sélection de documents relatifs à la préparation des examens, à la gestion du temps d'étude et à la gestion du stress, histoire de vous donner un petit coup de pouce en cette période sensible. Certains sont accessibles en ligne (les ebooks), et les autres sont disponibles à la bibliothèque (en les cherchant dans le [catalogue](#)).

- ∂ **Réussir sa première année d'études supérieures** / HOUART, Mireille
- ∂ **Dix règles pour réussir un examen : de la préparation à l'action !** / BONNECHERE, Bruno
- ∂ **Réussir votre oral d'examen et de concours** [[ebook](#)] / KIRADY, Gérard
- ∂ **Réussir ses études supérieures** [[ebook](#)] / BERTHIER McLAUGHLIN, Cécile, COUDRAY-BETOULLE, Catherine
- ∂ **Bien dans sa tête, bien dans ses études** [[ebook](#)] / BENEDICK, Michal
- ∂ **Prendre son temps... pour en gagner : gérer vos priorités, rééquilibrez votre vie** / SEIWERT, Lothar J.
- ∂ **Gérer son temps efficacement** / TLATLI, Fathi
- ∂ **Apprendre à gérer son stress** / LICETTE, Charline
- ∂ **Savoir gérer son stress** / CUNGI, Charly
- ∂ **Apprivoiser le stress par la pleine conscience** / MAEX, Edel