



Intelligence émotionnelle : à la découverte de nos émotions

PROGRAMME DE LA FORMATION

Le développement de notre intelligence émotionnelle devient aujourd’hui un point incontournable dans tout secteur professionnel : nous rencontrons au travail autant d’événements et d’interactions potentiellement générateurs d’émotions que dans notre vie privée. Nos émotions ne sont pas dépourvues de sens, bien au contraire ! Elles nous délivrent un message clair et jouent également un rôle important dans notre bien-être ; dans le conditionnement de nos pensées et dans notre manière d’appréhender le monde qui nous entoure. **Comment en prendre conscience, les repérer et les qualifier afin de parvenir à les contrôler et les réguler ?**

PUBLIC
<ul style="list-style-type: none"> Toutes personnes salariées des secteurs social, médico-social ou hospitalier intervenant au contact d’un public (usagers, patients, clients, ...) Toutes personnes suivant une formation professionnelle dans les secteurs social, médico-social, hospitalier (E.S., M.E., A.S.S., C.E.S.F., A.E.S, A.S., I.D.E)
NOMBRE DE PARTICIPANTS
5 minimum – 15 maximum
PRÉ-REQUIS
Aucun
DURÉE
3 heures
ORGANISATION
Intervention en présentiel / à distance en visio-conférence
Zone géographique : Rhône – Lyon métropole
Sur le site de travail (salle mise à disposition par l’entreprise) ou au sein de l’organisme de formation.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES
<ul style="list-style-type: none"> Appréhender le monde des émotions & connaître les 6 émotions universelles Savoir définir ce qu’est une émotion : connaître ses fonctions, ses composantes, ses déclencheurs Prendre de conscience de son propre vécu des émotions, les identifier rapidement Prendre conscience de l’importance de nos émotions
PROGRAMME PÉDAGOGIQUE
<ul style="list-style-type: none"> Apports théoriques sur la notion d’émotion : Histoire, définition et processus Présentation des déclencheurs de nos émotions : déclencheurs externes/internes Présentation des 6 émotions universelles et leur messages associés Découverte de notre capacité à exprimer nos émotions Maîtrise la notion de vertu/risque de nos émotions
MODALITÉS PÉDAGOGIQUES
<ul style="list-style-type: none"> Apports théoriques et transmission de connaissances dans un démarche réflexive : proposition d’un QCM animant le dérouler de l’intervention



TARIF

450 € TTC pour la ½ journée
(Activité assujettie à la TVA).

INTERVENANT·E·S

FOCCUS - Julie Gazagnes

Formatrice – secteurs social et médico-social

MODALITÉS DE CONTACT ET DÉLAIS D'ACCÈS

Pour toute information, contactez contact@foccus.fr ou au 07.49.27.40.63

Délai d'accès à la formation : à définir entre l'intervenant et l'entreprise en fonction de leurs disponibilités.

- Méthode interrogative en lien avec le partage d'expériences
- Apports bibliographiques complémentaires à la démarche de formation

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Support visuel de cours : power point (PDF)
- Supports vidéo (extraits film)
- Supports vidéo (film professionnel, clip de promotion, publicité...)

APPRÉCIATION DES RÉSULTATS

Enquêtes besoins commanditaire / client

Questionnaires de satisfaction commanditaire / client

ACCESSIBILITÉ

En cas de besoin particulier d'adaptation, veuillez nous contacter.