

DEVELOPPER L'INTELLIGENCE EMOTIONNELLE

« MIEUX GERER VOS EMOTIONS »

OBJECTIFS



- Connaître les fonctionnements émotionnels
- Développer sa capacité à identifier ses émotions et celles des autres
- Communiquer de manière constructive et efficace dans les situations générant des émotions importantes
- Mieux gérer ses émotions et faire face à celles des autres en situation de stress, de désaccord, de conflit
- Développer son efficacité et sa confiance en soi grâce au développement de son intelligence relationnelle

METHODES PEDAGOGIQUES



Notre principale préoccupation est que chaque participant puisse transposer dans son contexte de travail quotidien les acquis de la formation. Cela se traduit concrètement par une pédagogie active, basée sur :

- Apports méthodologiques et théoriques du formateur
- Documentation pédagogique remise aux participants
- Cas pratiques : exercices pédagogiques et analyses de cas pratiques issu du quotidien professionnel des participants
- Autodiagnostic et conseils personnalisés
- Elaboration de plan de progression individuel pour ancrer les acquis dans le quotidien professionnel des participants

DUREE



Dicom construit vos formations sur mesure. Nous déterminerons ensemble la durée la mieux ajustée à vos objectifs et aux attentes des participants.



PREREQUIS

Aucun



NOMBRE DE PARTICIPANTS PAR GROUPE

8 maximum