

## L'intelligence émotionnelle et son impact sur la relation

### **OBJECTIFS**

- ▶ Comprendre notre fonctionnement émotionnel et celui de nos interlocuteurs afin d'améliorer notre capacité relationnelle et communicationnelle.
- ▶ Acquérir une meilleure connaissance de soi et augmenter l'estime et la confiance en soi.
- ▶ Développer l'outil émotionnel dans son contexte professionnel.

#### **Méthodes pédagogiques :**

Autoévaluation en amont de la formation

Recueil des attentes

Études de cas, apports théoriques, méthodologiques, mises en situation, travail en sous-groupes, jeux de rôles

Remise d'un support écrit. Fin de stage : évaluation des acquis

#### **Personnes concernées / Prérequis :**

Tout personnel travaillant auprès d'usagers en situation de handicap ou de fragilité

**Animation :** Formateur en communication et médiation familiale, praticien en psychologie systémique intégrative

**Nombre de participants :** 12 personnes maxi

**Durée :** 3 jours, soit 21 heures

### **INTRA**

Cette formation peut être organisée dans votre établissement avec un tarif groupe.

#### **Lieu**

 AIX-EN-PROVENCE (13)

#### **Sessions programmées**

Du 16/06/2025 au 18/06/2025

#### **Droits d'inscription**

1200 €



## **PROGRAMME** *Catalogue 2025*

- ▶ Le fonctionnement humain (apports théoriques)
  - fonctionnement du cerveau : reptilien, limbique, cortical
  - genèse des émotions
  - étapes du développement
  - enjeux de l'éducation et de la culture
  - estime de soi, narcissisme et confiance en soi
  
- ▶ Les émotions :
  - les émotions de base : colère, peur, tristesse, joie, émotions racket et élastique
  - les émotions dites secondaires
  
- ▶ La prise en compte de l'émotion dans la relation
  - langage verbal et non verbal (les mots, les signes, le comportement, la congruence)
  - communication et intelligence émotionnelle
  - options de traitement de l'émotion (enfant, adulte, lien entre l'enfant et l'adulte)
  - conséquences du sentiment non traité

