

PROGRAMME DE FORMATION

Intelligence émotionnelle



COMPETENCES VISEES :

Etre capable de développer chez soi et chez les autres l'intelligence émotionnelle : savoir utiliser avec efficacité les émotions en fonction des objectifs et des situations.

PRE REQUIS : Aucun

DUREE : 2 jours (14 heures) + 35 heures de mises en situations réelles

PUBLIC CONCERNE : Tout public

COUT : 200 € Net de taxes

PROGRAMME

Module 1: la structure de l'expérience subjective

A/la structure de l'expérience subjective, pour comprendre comment nous vivons une situation donnée et comment changer notre vécu des situations, ou aider les autres à le faire

B/la notion d'ancrage des émotions, savoir comment se mettre dans un état émotionnel choisi à un instant donné.

C/la notion de dissociation pour prendre du recul sur les situations difficiles.

D/l'art d'utiliser ses émotions de façon efficace en toute situation : accéder à des ressources, prendre du recul sur les difficultés et apprendre de ses erreurs.

E/le générateur de nouveau comportement pour aborder une préparation mentale efficace pour soi et pour les autres Un module clé pour développer ses capacités émotionnelles et aider les autres à faire de même.

Module 2: Mises en situations réelles

INTERVENANT

Grégory ROTUNNO

Référent

pédagogique/administratif/commercial
handicap/logistique/qualité

Tél : 0692 48 79 40 Mail : contact@rg-dfc.fr

CONDITIONS PEDAGOGIQUES

MODALITES PEDAGOGIQUES

Démonstrations en temps réelles, démonstrations commentées, justifiées, méthode active

MODALITES ET DELAIS D'ACCES

L'inscription est réputée acquise lorsque : Le candidat a signé la convention et aura versé 30% d'acompte.

Les délais d'accès à l'action sont : 1 mois

ACCESSIBILITE

Accessibilité aux personnes en situations de handicaps, nous consulter afin d'adapter au mieux le dispositif

MODALITES D'ÉVALUATION

Mises en situations simulées, évaluation formative

MODALITES DE VALIDATION

Attestation de fin de formation