

ACCORDER LES TALENTS DE VOS EQUIPES GERER SES EMOTIONS AVEC TALENT



Formation sur 2 jours

Qui n'a jamais été tétanisé lors d'un entretien important, d'une prise de parole en public ?

Qui n'a jamais été envahi par ses émotions au « mauvais » moment ?

Combien ont l'impression d'être « trop » émotif ? Qui n'a jamais été gêné par l'émotivité d'un collaborateur ?

Parce que l'humain est un être émotionnel, parce que les émotions sont omniprésentes dans nos vies, dans notre rapport aux autres, nos relations, nos échanges et qu'il est indispensable pour ne pas les subir, de comprendre les mécanismes en jeu afin de canaliser cette formidable énergie !

Dans l'entreprise aussi, tout le monde est concerné !

Mais en petit groupe de 6 à 10 personnes.

Pendant 2 jours, des jeux de rôle, des mises en situation, des échanges avec ses pairs vous permettront de :

- Comprendre la « mécanique » des émotions : comment ça marche ? Quel impact sur le corps ? le cerveau ?
- Découvrir l'intelligence émotionnelle et évaluer son QE (Quotient Emotionnel)
- Comprendre son mode de fonctionnement émotionnel, l'impact des émotions sur soi
- Prendre conscience, mesurer l'impact des émotions sur la relation
- Découvrir et tester des méthodes et outils pour apprendre à canaliser ses émotions pour soi et pour qu'elles parasitent de moins en moins la relation, la communication
- Développer son assertivité



NANTES (siège social)
20 Bd Emile Romanet
44100 Nantes

Standard : 02.40.48.46.34.

RENNES
10 Av. Henri Fréville
35200 Rennes

Courriel : info@accomplir.fr

St-NAZAIRE
16 Allée de la Mer d'Iroise
44600 St-Nazaire

www.accomplir.fr

