

■ **L'intelligence émotionnelle ou l'émotion réhabilitée... en entreprise !**

La relation professionnelle, comme toute relation digne du nom, ne s'établit pas sans passion, sans heurt, sans quiproquo, sans difficulté.

Comme dans toute relation, des conflits plus ou moins sévères naissent et recèlent une énergie qui peut devenir source de changement constructif. En tant que professionnels, en devenant **plus conscients des émotions qui nous traversent**, des stimuli qui les génèrent, des **besoins qu'elles indiquent**, des **fonctions qu'elles remplissent**, nous trouvons avec plus d'aisance les manières d'exprimer notre puissance sans nous agresser mutuellement ou sans être complaisants. Par contre, si nous sommes coupés de l'observation, de la conscience et de la connaissance des émotions, quelqu'un en paie le prix, soi-même ou un autre.

■ **Objectifs**

- Avant d'intervenir, écouter et entendre les émotions.
- Développer la conscience des émotions qui nous habitent :
 1. Observer les stimuli qui génèrent les colères, les peurs, les tristesses et les joies, les besoins qu'elles traduisent et les moyens de les utiliser de manière constructive.
 2. Passer de la réaction impulsive ou automatique, résultant de l'éducation reçue et des expériences de vie passées, à l'action adaptée à la situation et aux acteurs.
 3. Intervenir : apprendre à exprimer quelque chose de difficile, conseiller, donner du feed-back de manière à ce que les messages soient acceptables pour tout le monde.

■ **Contenu**

Les thèmes suivants seront abordés :

- La distinction entre pensées, comportements et émotions.
- L'émotion comme indicateur d'un besoin.
- L'empathie, le message « je », la demande.
- La position d'égal à égal.
- Les signes de reconnaissance.
- Les jeux psychologiques.

■ **Public concerné**

La formation est particulièrement destinée :

- À toute personne confrontée à des situations professionnelles « sensibles ».

Renseignements

Christine PROTIN

☎ **03 20 42 07 91**

lat.protin@orange.fr

■ **Durée proposée**

- 18 heures (sur trois jours)



IAT-Entreprise France-Belgique
169, rue Sadi Carnot
59350 St André (Lille)

Tél. Fax. **03 20 40 75 93**