



L'intelligence Emotionnelle

Le lien émotionnel que nous établissons avec chaque expérience détermine nos décisions et nos actions.

Objectifs

Apprenez à être à l'écoute de vos émotions, à les utiliser comme une force, et à ne pas vous laisser déborder par celles-ci.

L'intelligence émotionnelle est un outil essentiel pour vous aider à :

- améliorer votre leadership
- gérer adéquatement le changement
- négocier en situations difficiles
- sortir des impasses relationnelles
- gérer les personnes au caractère difficile
- mieux gérer les conflits

La formation vous apporte les outils pratiques pour comprendre les émotions et en faire un atout au service de vos compétences

Cibles:

Le training s'adresse à toute personne souhaitant mieux comprendre et gérer ses émotions et celles des autres.

Les habiletés s'appliquent au leadership, à la motivation des employés, à la communication, à la prise de décision, à la gestion des relations, à la négociation.

Résultats probants:

Au terme de cette formation, vous repartirez avec une meilleure compréhension de vous-même et de vos émotions, et surtout avec une palette d'outils pratiques que vous pourrez appliquer dans votre vie quotidienne.



ATTITUDE *coach*

Echange d'expériences, travail en groupes, études de cas, mises en situations et supports multimédias sont les principaux ingrédients de cette formation très pratique et interactive.

Modalités pratiques

- ◇ **Formule en présentielle**
 - Durée : 2 jours
 - Nombre de participants : maximum 15

- ◇ **Formule à distance**
 - Durée : 8 journées espacées d'une période de 3 à 5 semaines
 - Nombre de participants : maximum 12

Information et inscription

- ◇ Maria Moleira Maria@attitudecoach.be | 0474 85 20 05
- ◇ Valérie Graindorge Valerie@attitudecoach.be | 0488 36 66 66