

GÉRER SES ÉMOTIONS EN MILIEU PROFESSIONNEL

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

- Acquérir des repères pour mieux gérer ses émotions en milieu professionnel

PUBLIC CONCERNÉ :

Tout public

PROGRAMME :

- Définir les émotions de base et plus complexes
- Identifier la fonction des émotions
- Repérer les besoins reliés aux émotions exprimées
- Distinguer émotion et manifestation de l'émotion
- Faire évoluer son regard sur l'émotion pour l'appréhender en tant que ressource dans sa relation à autrui

Niveau de connaissance prérequis :

Aucun

Nature de la formation :

Action de formation visant à acquérir, entretenir ou perfectionner des connaissances.

Méthodes pédagogiques :

- Partage d'expériences
- Etude de cas pratique
- Mise en situations

Méthodes techniques :

- Support de formation
- Apports théoriques
- Apports pratiques
- Méthode participative

Modalité d'évaluation :

Mise en situation pratique

Intervenant :

Isabelle SIMONIN, psychologue et formatrice

Effectif : 6 à 12 maximum

Lieu : Maison de la Famille, Besançon

Date (s) : 26/09/2023

Durée : 7 heures, 1 jour

Coût total :

Salarié Familles Rurales : 390.00€

Personne extérieure : 465.00€

Accessibilité Handicap :

Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à l'une de nos formations.

Faites-le nous savoir : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée. Contactez le référent handicap.

Référent Handicap de l'organisme de formation :

Stéphanie COURTEBRAS : 03.81.88.76.84