



CEFRO-*Conseil, échanges, formation*
N° SIRET : 501 949 135 00013
APE 7022Z
7 Av. Thiers, 06000 Nice -FR
Tél. /Fax: +33(0)4 93 79 80 20
e- mail: contact@cefro.pro
www.cefro.pro

Cours structuré 2014-2015

« *Développer ses compétences émotionnelles dans le monde du travail* »

Aperçu du cours

Considérée comme complémentaire à l'intelligence cognitive, l'Intelligence Emotionnelle (IE) fournit une meilleure compréhension de l'intelligence humaine. Elle se réfère à un **set de compétences** qui sont les caractéristiques essentielles de la vie sociale humaine. On peut parler d'une **IE stratégique** - comme compétence à **comprendre l'information émotionnelle** et à l'appliquer à **la gestion de soi-même et des autres**, et d'une **IE expérientielle** - comme compétence à **percevoir l'information émotionnelle** et à l'appliquer en **l'intégrant dans le processus de réflexion**.

Les compétences émotionnelles sont cruciales pour nos **futures performances**. Les émotions peuvent augmenter ou diminuer notre habileté à apprendre, elles affectent notre attention, notre mémoire. Un **apprentissage social et émotionnel** auquel les enseignants seraient formés aura pour but d'inculquer une meilleure intelligence psychologique qui permettrait aux élèves de **réguler** leurs émotions (intensifier les positives et diminuer les négatives), afin de mettre en valeur tout leur potentiel.

Nous sommes tous capables d'améliorer notre IE tout au long de notre vie. Au travail, c'est l'IE qui fait la différence. Dans les entreprises, l'ambiguïté inévitable fera que le concept de **gestion émotionnelle** se développe de plus en plus à côté de celui de gestion administrative ou financière: il s'agit d'apprendre à encadrer et à faciliter l'élaboration des dimensions émotionnelles mobilisées par **les situations et les relations de travail**.

Dans le paysage du XXI^e siècle, les recherches des dernières années sur la conscience et sur sa fonction cognitive centrale dans la perception de l'environnement et sur le pilotage de nos activités nous montrent que **les sciences cognitives et les sciences affectives** ne sont plus cloisonnées, mais qu'elles créent des passerelles inattendues.

Programme du cours

Lundi

QI et QE. L'IE dans notre vie socio-professionnelle. La pédagogie émotionnelle. Les récents apports des neurosciences en psychologie et en neurobiologie. *Applications.*

Mardi

La conscience de soi. Image de soi et estime de soi. Conscience de soi et mémoire. Notre intelligence spontanément narrative. Vieillesse cognitive et mémoire. *Applications.*

Mercredi

La maîtrise de soi. Gérer ses émotions pour faciliter le travail. Perturbations émotionnelles, résilience. La motivation. Se former de manière autonome –le rôle de l'expérience et de l'habitude, expérience et obstacle, désapprendre nos habitudes, piloter nos émotions. *Applications.*

Jeudi

Les quatre attitudes : apathie, sympathie, antipathie, empathie. L'importance d'entretenir des rapports harmonieux avec autrui. Apprendre à exprimer l'empathie. Les aptitudes humaines : déchiffrer situations et réseaux humains, persuader, guider, négocier, réagir avec tact, coopérer et animer les équipes. La gestion émotionnelle dans l'organisation. *Applications.*

N.B. Le support du cours avec ses ressources bibliographiques actualisées sera mis à disposition des participants.

Organisation et calendrier

Durée du cours

- 4 jours du lundi au jeudi, de 9h à 13h30 ;
- programme culturel libre l'après-midi (visite et découverte de la région)

Nombre d'heures de cours : 18

Lieu : Nice, 7 Place Ile de Beauté, association AVEC

Public

- enseignants tous niveaux (élémentaire, collège, lycée, université),
- personnel scolaire auxiliaire (documentation, bibliothèque)
- formateurs d'adultes
- chefs d'entreprises
- associations
- organismes publics

Langue du cours: français

Langue dans laquelle sera fourni le matériel : français, anglais

Certificat : Attestation de stage et/ou Europass

Prix (cours uniquement) : 600^E/personne (à régler par virement bancaire)

Inscription : possibilité d'opter pour plusieurs dates, vu que la réalisation d'une session est en fonction du nombre de personnes. Confirmer la participation au cours 30 jours minimum avant la date retenue.

2014

26-29 MAI

23-26 JUIN

21-24 JUILLET

1^{er} -4 SEPTEMBRE**2015**

23-26 FEVRIER

25-28 MAI

20-23 JUILLET

7-10 SEPTEMBRE

Nouveau cours international structuré proposé pour 2015 (*en préparation*) :

« *Créativité et compétence d'adaptation dans les sociétés du savoir* »

L'objectif du cours est de faire comprendre le rôle de l'analogie et de la métaphore dans le mécanisme d'apprentissage, de résolution de problèmes, du langage.

2015

2-5 MARS

1-4 JUIN

27-30 JUILLET

31 AOUT -3 SEPTEMBRE

Les organisations porteuses de projets souhaitant envoyer des participants à un cours structuré sont invitées à nous contacter par email à contact@cefro.pro .

Carmen SERGHIE LOPEZ**Docteur ès lettres, coordinatrice du cours**