



FEEL ACADEMY

Raison sociale : Valérie ZOCCOLA FORMATION

☎ 06 11 83 58 46

[feelacademy06@gmail.com](mailto:feelacademy06@gmail.com)

Site Internet : [www.feelacademy.net](http://www.feelacademy.net)

SIRET 50968674700023

Enregistré sous le numéro 93.06.07071.06. Cet  
enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat

*Ecole de Développement de l'Intelligence Émotionnelle  
et de la Communication Positive*

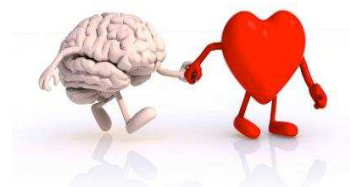
**PROGRAMME DE FORMATION  
PRATICIEN/FORMATEUR IE&C  
(Intelligence Emotionnelle et  
Communication Assertive\*)**

**Objectifs :**

- **EVALUER, DEVELOPPER, TRANSMETTRE** les compétences de l'intelligence émotionnelle et de la communication assertive
- **ACQUERIR, MAITRISER, UTILISER** les outils et techniques développant le QE (quotient émotionnel) individuel et collectif, dans le cadre du management, de l'éducation, de la conduite de projets, du coaching et de la relation commerciale

**\*Intelligence émotionnelle (Morin, 2005) :**

*Ensemble d'habiletés (verbales ou non verbales) qui permettent à un individu de générer, reconnaître, exprimer, comprendre et évaluer ses propres émotions et celle des autres de manière à orienter les pensées et les actions permettant d'affronter efficacement les exigences et les pressions de l'environnement.*



**\*Communication Assertive :**

*Communication bienveillante et authentique dans un cadre respectueux des droits de chacun*

## ↳ Objectifs détaillés :

- Comprendre le fonctionnement du cerveau émotionnel (approche neuroscientifique)
- Définir un schéma émotionnel ; acquérir et faire acquérir la tempérance dans les relations
- Comprendre le fonctionnement émotionnel d'autrui
- Acquérir les techniques d'écoute empathique
- Développer ses compétences émotionnelles – favoriser leur émergence chez autrui
- Encourager les différentes formes de coopération
- Faire émerger les nœuds émotionnels pour les dissoudre - résolution proactive des conflits
- Développer l'auto estime pour s'affirmer avec assertivité (respect de ses droits propres et des droits de l'interlocuteur)
- L'intelligence émotionnelle et la relation asymétrique (hiérarchie, relation parent/enfant, professeur/élève)
- Surmonter les émotions qui parasitent la communication ☞ fluidité émotionnelle
- Développer la créativité et la vision optimiste
- Acquérir les techniques de gestion du stress/les pratiquer/les transmettre : mindfulness, cohérence cardiaque
- Apprendre à communiquer en fluidité

## ↳ Public concerné

### Personnes souhaitant mettre en œuvre les techniques et outils de l'intelligence émotionnelle et de la communication assertive dans les fonctions suivantes :

- Thérapeutes et coach
- Managers
- Responsables d'équipes
- Enseignants/formateurs/éducateurs/animateurs
- Intervenants du monde associatif

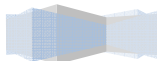


## ↳ Outils et approches :

Travaux de Daniel Goleman (L'intelligence émotionnelle, l'intelligence Emotionnelle au travail, Focus), Peter Salovey, Eckman, Lise Bourbeau, David Servan Schreiber, Marshall B. Rosenberg, Christophe André et bien d'autres....

## ↳ Contenus modulaires :

- « Conscience et maîtrise de soi »
- « Conscience et maîtrise de la relation »
- « Cohésion de groupe/conduite empathique des hommes »
- « Communication positive et assertivité »
- « Résolution de conflits »
- « Fluidité émotionnelle » (défaire les nœuds en soi, chez l'autre, au sein des équipes)
- « Techniques d'accompagnement et de management émotionnel »



### ↳ Méthodes pédagogiques :

Remise de livrets de formation, approche théorique, mises en pratiques, groupe d'échanges de pratiques.

### Responsable de formation :

Valérie ZOCCOLA, fondatrice de la Feel Academy et formatrice spécialisée en Communication et Gestion des émotions, est issue du monde de l'enseignement et possède une expertise pédagogique depuis plus de 20 ans auprès de publics individuels, de salariés, d'étudiants et d'enfants (Feel School), ainsi que dans la production de ressources pédagogiques pour le monde de l'éducation et le monde de l'entreprise.

D'autres intervenants spécialistes dans leur domaine interviennent ponctuellement (mindfulness notamment.)

### ↳ Suivi et validation de la formation :

- Un livret d'accueil vous est transmis dès réception de votre chèque d'inscription à l'Académie (contenant les détails pratiques ainsi que la bibliographie)
- Feuilles d'émargement.
- Un dossier est à constituer tout au long de la formation et à présenter à l'issue de celle-ci devant un jury. Ce dossier présente une mise en œuvre des outils et techniques acquis pendant les 6 mois de formation (sous forme d'un accompagnement individuel, d'un projet professionnel, de la création d'une formation ou d'un atelier). Une supervision et un groupe d'échanges de pratiques accompagne cette mise en œuvre.
- Un certificat d'établissement valide les compétences acquises.

### ↳ Pré requis : pas de pré-requis

### ↳ Dates et programme détaillé par module (chaque module se déroule du samedi au lundi inclus)

#### **Module 1 : du 01/10 au 03/10/2016 :**

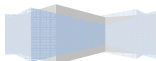
Acquérir les concepts théoriques  
Définir un schéma émotionnel et une problématique  
Fixer des objectifs.

#### **Module 2: du 05/11 au 07/11/2016**

Techniques d'écoute, d'observation, de questionnement, d'accompagnement et de transformation.

#### **Module 3 : du 03/12 au 05/12/2016**

Acquérir et développer les principales compétences émotionnelles chez l'adulte et chez l'enfant (approche en fonction de l'âge de l'enfant).



#### Module 4 : du 28/01 au 30/01/2017

Intégrer « l'intelligence globale »  
Fluidité psychique et gestion du stress  
Tempérance.

#### Module 5 : du 04/03 au 06/03/2017

Intégrer la relation « gagnant/gagnant », techniques de communication non violente  
La communication Assertive  
L'intelligence Emotionnelle en relation asymétrique.

#### Module 6 : du 01/04 au 03/04/2017

Développer la fluidité émotionnelle d'un groupe  
Monter et animer une formation  
Cohésion et participation  
Coefficient multiplicateur du QE.

#### ↳Lieu :

**Espaces Antipolis**  
**300 route des Crêtes**  
**SOPHIA-ANTIPOLIS**

*Un lieu privilégié pour votre formation...*



**Tarif individuel : 1690 €(payable en 6 échéances)**

**Tarif dans le cadre de la formation continue : 2772 €**

4

Frais d'inscription à l'Académie : 75 €

**Pour se loger à proximité des Espaces Antipolis :**

**IBIS BUDGET SOPHIA-ANTIPOLIS (à partir de 43 €)**

Chemin de Saint-Bernard Porte 16

06220 VALLAURIS

Tél. (+33)892683215

**IBIS STYLE ANTIBES – à partir de 60 €**

2067 chemin de Saint Claude

Ctr d affaires Nova Antipolis

06600 ANTIBES Tél. (+33)4/93333450

**FORMULE 1**

Route de Saint Bernard

06220 VALLAURIS - Tél. (+33)891705165

**Selon votre lieu de résidence, merci d'indiquer si vous êtes intéressé(e) par une solution de covoiturage.**

Toutes nos formations sur : [www.feelacademy.net](http://www.feelacademy.net)



Feel Academy

