



FEEL ACADEMY

Raison sociale : Valérie ZOCOLA FORMATION

☎ 06 11 83 58 46

feelacademy06@gmail.com

Site Internet : www.feelacademy.net

SIRET 50968674700031

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

Ecole de Développement de l'Intelligence Émotionnelle

PROGRAMME DE FORMATION 2021/2022 PRATICIEN/MEDIATEUR EN INTELLIGENCE EMOTIONNELLE ET COMMUNICATION ASSERTIVE

Objectifs :

Evaluer, développer, transmettre les compétences de l'intelligence émotionnelle et de la communication bienveillante avec les apports des neurosciences

Résoudre les conflits interpersonnels au sein des groupes

Améliorer le bien-être à travers une relation d'accompagnement individuel

Maîtriser, utiliser les outils et techniques développant le QE (quotient émotionnel) individuel et collectif, dans le cadre du développement des capacités comportementales et relationnelles

Construire un protocole d'accompagnement autour des blessures émotionnelles et désactiver les comportements d'évitement

Apprendre à mener une médiation de couple, familiale, d'équipe

***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 dans un cadre respectueux des limites et droits de chacun.

↳ Objectifs détaillés :

- Comprendre le fonctionnement du cerveau émotionnel (neurosciences)
- Aider à développer la tempérance dans les relations
- Etablir un bilan émotionnel
- Acquérir les techniques d'écoute empathique
- Développer chez soi et chez autrui des compétences comportementales et relationnelles
- Faire émerger les nœuds émotionnels pour les dissoudre - résolution des conflits émotionnels et communicationnels
- Développer l'affirmation assertive (respect de ses droits propres et des droits de l'interlocuteur)
- Aider à surmonter les émotions qui parasitent la communication ☞ fluidité émotionnelle
- Développer la créativité et la vision optimiste
- Transmettre des techniques de gestion du stress et de la douleur (respiration, calme mental)
- Mener une médiation
- Le rôle du médiateur : intégrer le cadre, la posture et les missions du médiateur
- Le rôle du Praticien : accompagnement, écoute, soutien, coaching

↳ Public concerné

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

- Psychologues, thérapeutes, coachs, personnel soignant
- Responsables des Ressources Humaines
- Managers
- Responsables d'équipes
- Enseignants/formateurs/éducateurs/animateurs
- Intervenants du monde socio-culturel

↳ Outils et approches :

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

↳ Axes de formation :

- « Conscience et maîtrise de soi »
- « Conscience et maîtrise de la relation »
- « Accompagnement au mieux-être »
- « Communication bienveillante et assertivité »
- « Résolution de conflits/médiation »
- « Fluidité émotionnelle » (défaire les nœuds en soi, chez l'autre, au sein des équipes)
- « Techniques d'accompagnement, d'animation, de médiation »



↳ Méthodes pédagogiques :

Remise de livrets de formation, approche théorique, mises en pratiques, groupe d'échanges de pratiques autour d'un accompagnement supervisé.

Responsable de formation :

Valérie ZOCCOLA :

Fondatrice de la Feel Academy, je suis Praticienne/Formatrice spécialisée en Communication Bienveillante et Intelligence Emotionnelle et possède une expertise pédagogique depuis 25 ans auprès de publics individuels, de salariés, d'étudiants et d'enfants (y compris au sein de l'Éducation Nationale). Conférencière et auteure, je présente régulièrement l'approche par les neurosciences pour éclairer le concept d'intelligence émotionnelle. J'interviens en entreprise, dans le monde de la petite enfance, auprès de professionnels de l'accompagnement et en cabinet. J'ai également créé le MMH© (thérapie brève en mouvement) et je forme des praticiens dans cette discipline.

↳ Suivi et validation de la formation :

- Livret d'accueil (contenant les détails pratiques ainsi que la bibliographie)
- Feuilles d'émergence.
- 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 la formation (sous forme d'une mise en pratique de médiation ou d'accompagnement à la résolution de tensions communicationnelles et/ou émotionnelles). 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 :

Module 1 : STAGE DE BASE - du 3 au 6 juillet 2021

Découverte de l'Intelligence Émotionnelle

Acquérir les concepts théoriques – approche neuroscientifique

Découverte des 5 blessures émotionnelles et de leur stratégie défensive

Module 2 : 18 et 19 septembre 2021

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

Définir un cadre de médiation et/ou d'accompagnement

Fixer des objectifs.

Outils pratiques pour mener les premières séances

Module 3 : 9 et 10 octobre 2021

Développer les 10 compétences de l'Intelligence Emotionnelle – techniques et outils pratiques

Débriefing des premières séances



Module 4 : 6 et 7 novembre 2021

Fluidité psychique et gestion du stress

Tempérance.

Comment induire le lâcher prise

Mener des visualisations créatives

Module 5 : 4 et 5 décembre 2021

Les outils créatifs au service de l'Intelligence Emotionnelle :

Le tableau de vision selon la méthode de la Feel Academy

Rôle et intégration des métaphores – l'image comme langage du cerveau émotionnel

Module 6 : 15 et 16 janvier 2022

Intégrer la relation « gagnant/gagnant », techniques de communication bienveillante

La communication Assertive

Module 7 : 12 et 13 février 2022

Mener des médiations : couple/famille/équipe

Module 8 : 19 et 20 mars 2022

Animer un atelier, une conférence

Projet post-formation

Soutenance et validation des compétences

Tarif : 1760 € pour le cursus complet (payable en 10 fois)

Prise en charge possible. Me contacter pour obtenir toutes les informations.

Demandeurs d'emploi : 1620 €.

LA FEEL ACADEMY REpond AUX 21 CRITERES DU DATATOCK

