L'intelligence émotionnelle au service de l'entreprise

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 1802345F — Mise à jour : 10 février 2026

Organisme responsable : **SMART ET COM FORMATIONS**

Présentation de la formation

Objectifs

• Développer la connaissance de soi-même et des autres
• Développer des relations de travail confiantes
• Augmenter sa détermination personnelle
• Augmenter la confiance en soi
• S'approprier et utiliser ces outils au quotidien

Programme

• Reconnaitre et comprendre les comportements relationnels
• Identifier l'image que l'on renvoie aux autres
• Choisir ses propres changements de comportements
• Identifier les leviers de confiance, les activer, les actionner
• Oser dire sans contrainte ni agressivité
• Identifier ses véritables responsabilités dans chaque situation
• Dépasser ses rigidités personnelles
• Apprendre à faire le point sur soi-même en conscience

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée

Aucun prérequis

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2209240S	Présentiel	Saint-Jean-la-Poterie	10/02/2026	31/12/2026

Source : GREF Bretagne #1802345F