

Accompagnement dans la gestion des émotions

Objectifs

Cette formule innovante vous propose un accompagnement personnalisé afin d'atteindre une meilleure gestion de vos émotions grâce à divers outils de la psychologie positive et de l'intelligence émotionnelle.

Profil stagiaire(s)

Cet accompagnement s'adresse à toutes personnes désireuses d'atteindre une meilleure maîtrise de ses émotions au quotidien.

Pré-requis

Un ordinateur et un accès à Internet.

Profil formateur

Ce programme est animé par une praticienne en psychologie positive certifiée.

Programme

- Définition de son ou ses objectifs
- Coconstruire un programme personnalisé et détaillé en sous-objectif concret et réalisable

Le + de cette formule

- Evaluation de ses caractéristiques émotionnelles
- Elaboration d'un plan d'action opérationnel
- Un tutorat adapté à votre agenda

Tarif :

50€ la séance de 2h

Durée :

Nous contacter

Où et quand ?

A distance, à tout moment.

Contact

06.10.04.13.95

claudine.levaldaur@gmail.com

LYR Les yeux rieurs – LEVALDAUR CLAUDINE 23 rue Marcel Pajot 16440 ROULLET SAINT ESTEPHE – Port : 06 10 04 13 95 – Email : claudine.levaldaur@gmail.com – Siret : 85083120700012

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 7560103616 auprès de la préfète de région NOUVELLE-AQUITAINE.

