

Transformer vos émotions en forces



Prochaines Sessions 2025 :

Le 18 novembre 2025 à Paris
Le 16 décembre 2025 à Paris

Pour qui ?

En entreprise, indépendant ou en quête de développement personnel ...

Cette formation s'adresse à tous ceux qui souhaitent renforcer leur impact relationnel et leur maîtrise émotionnelle.

Une Pédagogie Unique

Le théâtre comme outil de transformation personnelle : mise en scène, jeu, monologue... pour expérimenter et incarner le changement

Les neurosciences comme socle : comprendre les mécanismes émotionnels pour mieux les apprivoiser

Le coaching individuel : un accompagnement personnalisé pour ancrer vos progrès

Le théâtre aux services de vos émotions

Ne subissez plus vos émotions mais transformez-les en leviers puissants pour atteindre vos objectifs personnels et professionnels.

Cette formation innovante s'appuie sur les apports des neurosciences et la pédagogie du théâtre pour renforcer vos compétences relationnelles, humaines et managériales.

Compétences Développées

- ✓ Comprendre le principe de l'Intelligence Emotionnelle (IE)
- ✓ A partir des 6 émotions de base, vous apprenez à renforcer :
 - La conscience de soi
 - La maîtrise de soi
 - La motivation
 - L'empathie
 - Les aptitudes sociales
- ✓ Développer un savoir-faire réflexe pour affronter vos émotions : La suspension du jugement pour améliorer votre perception des faits et votre discernement (biais cognitifs).
- ✓ Mettre en pratique les connaissances acquises par le jeu théâtral
- ✓ Savoir valoriser vos compétences grâce à un comportement adapté.
- ✓ Elaborer un monologue et l'interpréter sur scène.
- ✓ Option : coaching individuel 20', dans les 15 jours.

Inscriptions Informations Renseignements

Tél : (+33) 6 12 23 67 50
Jean-Louis LE BERRE
theatre-IE@orange.fr

Satisfaction, Autonomie, Auto-Evaluation & Emancipation

Questionnaire de satisfaction.
L'auto-évaluation est la règle principale pour la formation.
C'est un principe de l'Intelligence Emotionnelle !
Les formateurs interviennent comme des aides à cette pratique.

Vers un relationnel humain et authentique

Jean-Louis LE BERRE

Consultant en
management
Homme de théâtre
[Profil LinkedIn](#)



Joëlle LE GOFF

Coach formatrice
en Intelligence
Emotionnelle
[Profil LinkedIn](#)



Code : T-EI-32int I

1 jour 7 heures de 9h00 à 17h00
Lieu : COOPANAME
17 bis rue Jenner
75 013 PARIS
métro Chevaleret ou Nationale

Tarif individuel 170 € TTC
Tarif promo pour le 18 novembre 145 € TTC
Tarif coaching individuel 20 minutes 50 € TTC