

# 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

## Inscriptions Informations Renseignements

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

## 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.

## 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