

Gérer vos Emotions au Travail

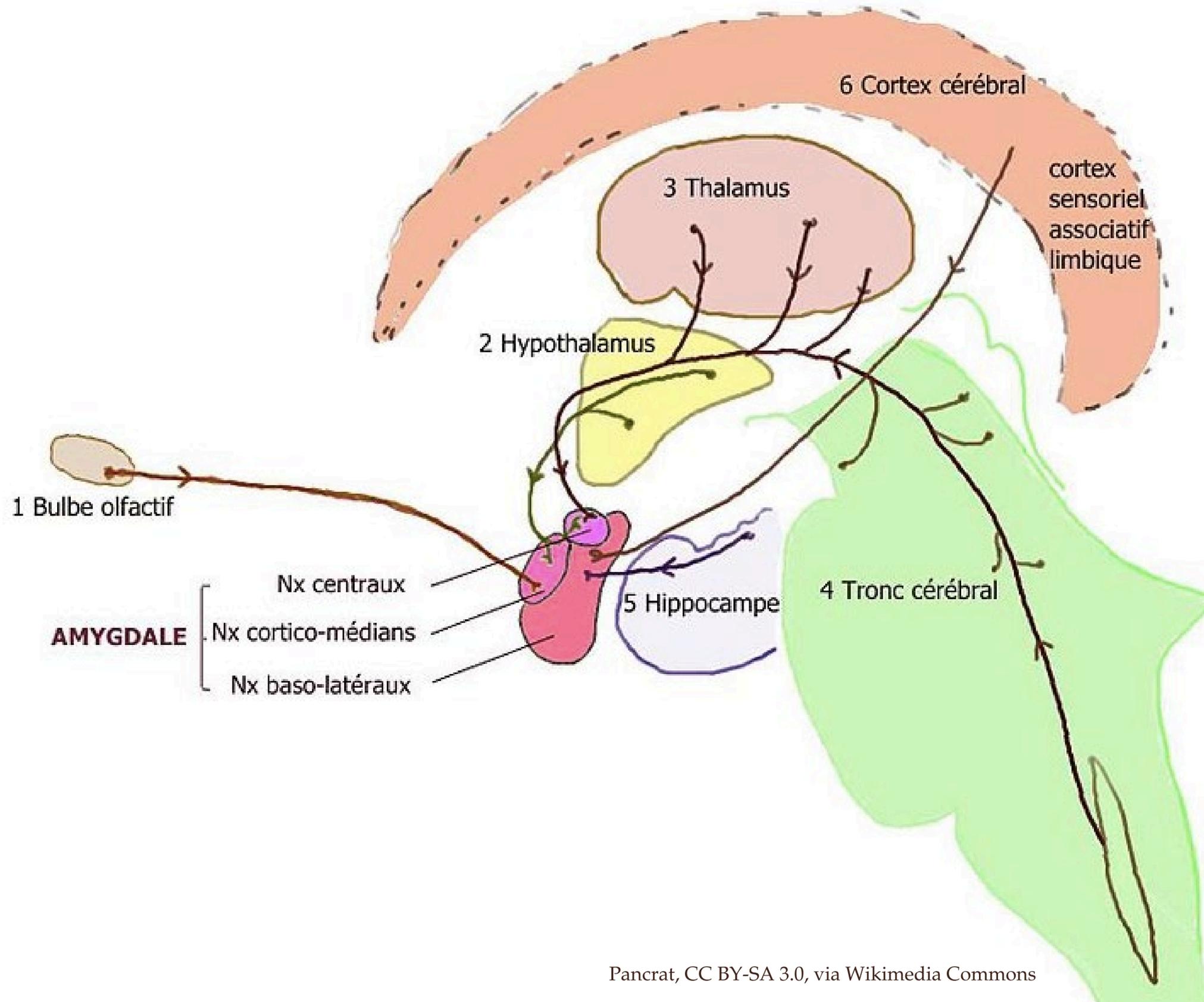


David Jeruzalska
Second Souffle

**« Nous appellerons émotion
une chute brusque de la conscience
dans le magique. »**

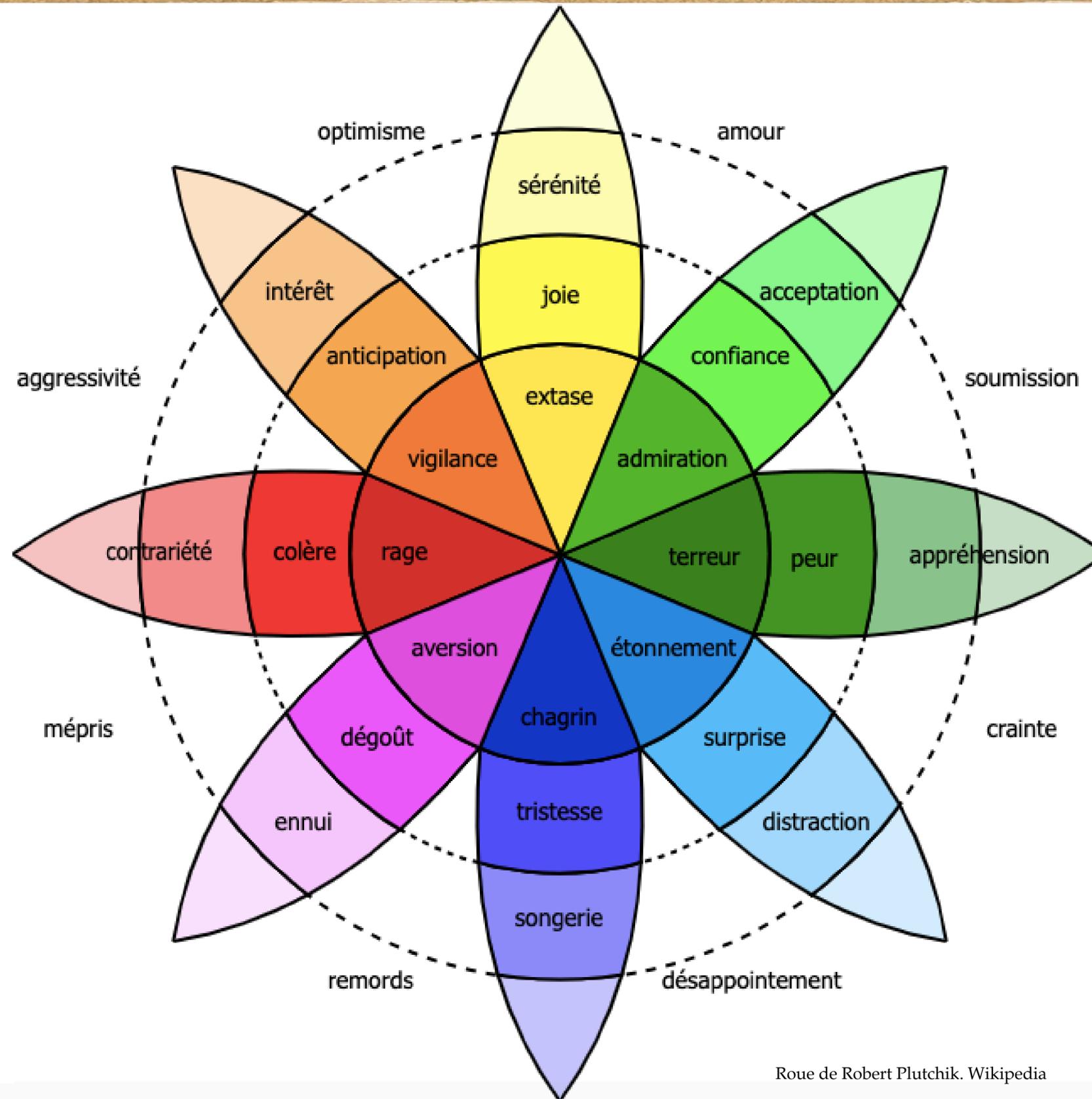
Jean-Paul Sartre

**Les Emotions,
Définition**



Les Origines des Emotions

**L'Emotion,
Simple ou Complexe ?**



Roue de Robert Plutchik. Wikipedia

Impact des Emotions

**Les Emotions,
Un Guide**

La Sensibilité Emotionnelle

**Gestion des Emotions,
L'Ancrage de la Source**

**Gestion des Emotions,
Une Danse à 2 temps**

L'Intelligence Emotionnelle

La Gestion des Emotions au Travail

La Communication au Travail

**Gérer les Émotions,
Réduire les Conflits**

**Gestion des Émotions,
Cohésion d'Équipe**

**Gestion des Émotions,
Stress et Relations Professionnelles**

**Gestion des Émotions,
Techniques Innovantes**

**Gestion des Émotions,
La Pleine Conscience**

**Gestion des Émotions,
Le Biofeedback Émotionnel**

**Gestion des Émotions,
La Thérapie d'Acceptation
et d'Engagement**

**Gestion des Émotions,
La Réévaluation Cognitive**

**Gestion des Émotions,
L'Exposition en Réalité Virtuelle**

**Gestion des Émotions,
Le Bonus Secret**

Gestion des Émotions,

<https://davidjeruzalska.systeme.io/inscription-emotion>

