

« L'art des émotions au cœur de vos accompagnements »

Formation en distanciel
Mardi 13 janvier 2026 – 9h30/16h30



Journée réservée aux professionnels de l'accompagnement
(coachs, thérapeutes, consultants ... en activité ou en création d'activité)

Animé par **Béatrice Fornari**, titulaire d'un DU de Neurosciences affectives et sociales, experte en Intelligence émotionnelle, certifiée EQI 2.0

**Une journée pour renforcer votre posture professionnelle,
affiner votre intelligence émotionnelle et
devenir un accompagnant plus présent, plus aligné et plus efficace.**

Développer son intelligence émotionnelle est essentiel pour tout professionnel de l'accompagnement, car elle constitue le socle d'une relation authentique, sécurisante et profondément humaine.

Elle permet d'identifier ce qui se passe en soi, d'éviter les réactions impulsives et d'adopter une posture stable et centrée, même dans des situations émotionnellement intenses.
Elle ouvre aussi la porte à une meilleure compréhension du vécu du client, en affinant l'écoute, l'empathie et la capacité à décoder les signaux subtils.

Une intelligence émotionnelle mature aide à accueillir les émotions de l'autre sans les absorber, à prévenir l'usure professionnelle et à maintenir une juste distance.
Elle soutient des interventions plus justes, des questionnements plus pertinents et une présence plus incarnée.

En se connaissant mieux, l'accompagnant gagne en clarté, en discernement et en qualité relationnelle, ce qui renforce l'efficacité de chaque séance.
En somme, l'intelligence émotionnelle n'est pas un complément : c'est une compétence fondamentale pour accompagner avec impact, intégrité et profondeur.

Dans un monde où les émotions s'expriment de plus en plus intensément, les professionnels de l'accompagnement doivent développer une maîtrise émotionnelle solide. Cette formation vous permet d'acquérir les clés pour accueillir les émotions de vos clients sans vous laisser envahir, ajuster votre posture, renforcer votre présence et créer des séances plus profondes, plus fluides et plus sécurisées.



Objectifs pédagogiques de la journée

- Comprendre les fondements de l'intelligence émotionnelle.
 - Renforcer sa posture de coach/thérapeute
- Apprendre à accueillir les émotions des clients sans se laisser submerger, ni entrer en résonance excessive.
- Développer l'art du questionnement émotionnel en s'appuyant sur une intelligence émotionnelle reconnue.
- Améliorer la qualité de la relation d'accompagnement grâce à une meilleure conscience de soi et à une communication authentique.
 - Prévenir la fatigue émotionnelle et installer une posture durable et éthique.

□ Déroulé de la formation 9h30/12h30 – 13h30/16h30

1. Comprendre l'Intelligence Émotionnelle

- Définition et composantes : conscience de soi, expression de soi, empathie, communication relationnelle, gestion du stress.
- Fonctionnement du cerveau (le mental et l'émotionnel dans la posture d'accompagnant)
- Impact des émotions chez le professionnel et chez le client ou le groupe : messages, intensité, signaux.
- APP (Analyse de Pratique Professionnelle) pour transférer les apprentissages en situation professionnelle.



2. Eveiller la conscience de soi et stabiliser le bien-être

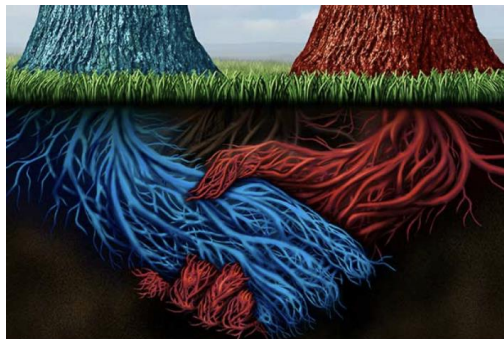
- La reconnaissance et l'acceptation de ses propres réactions émotionnelles en séance.
- Le piège de la résonance émotionnelle : transferts et contre-transferts.
- L'utilisation de la frustration et de la satisfaction émotionnelle.
- APP (Analyse de Pratique Professionnelle) pour transférer les apprentissages en situation professionnelle.

3. Développer l'empathie, l'indépendance émotionnelle et la responsabilité

- Jeux de dépendance et de résistance : comprendre l'autre n'est pas se mettre à sa place.
- Différencier empathie, sympathie et fusion pour créer le rapport de confiance.
- Accueillir les émotions du client sans s'y perdre : présence, non-jugement, sécurité.
- Mises en situation : scénarios simples des « débordements » émotionnels.

5. Outils pratiques pour accompagner les émotions

- L'art du questionnement émotionnel : ouvrir, contenir, recadrer.
- Les 4 étapes d'une intervention émotionnellement ajustée.
- Outils utilisables dès demain :
 - la météo émotionnelle
 - l'échelle d'intensité
 - la reformulation émotionnelle
 - les « autorisations » et validations émotionnelles
- APP (Analyse de Pratique Professionnelle) pour transférer les apprentissages en situation professionnelle.



Bénéfices concrets pour les participants

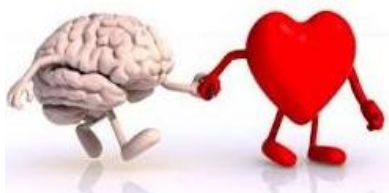
- ✓ Plus grande clarté émotionnelle : meilleure capacité à percevoir ce qui se joue en soi et chez l'autre.
- ✓ Une posture plus solide et stable : plus de stress positif, moins de réactions impulsives, plus de centrage.
 - ✓ Des accompagnements plus fluides et plus profonds.
- ✓ Une meilleure gestion des situations délicates (pleurs, colère, silence, rires ...).
- ✓ Une confiance et une estime de soi optimisée en tant que coach/thérapeute.
 - ✓ Des outils opérationnels immédiatement utilisables en séance.

Le module est accompagné d'un support pédagogique à disposition des participant.e.s à l'issue de la formation + le replay des 6 heures de webinaire.

J'ai à cœur de proposer une pédagogie active et interactive pour vous former dans le plaisir, avec clarté et simplicité.

Je mets au service de l'intelligence émotionnelle des activités ludiques et des outils concrets que l'on peut vivre individuellement et collectivement.

Une expérience de formation atypique et intense pour développer vos compétences professionnelles d'accompagnant.



☐ **Évaluation**

- Auto-positionnement en début et fin de formation.
- Feedbacks à chaud et plan d'action individuel.
- Attestation de participation remise à chaque participant.e

TARIF PARTICULIER : 180€ TTC

6h de distanciel + support pédagogique + replay de l'intégralité de la journée

LIEN D'INSCRIPTION :

<https://yp.events/2508e12a-db92-48dd-83f1-6eb6a46d5c0b/L-ART-DES-EMOTIONS-AU-COEUR-DE-VOS-ACCOMPAGNEMENTS/ticketing>



Titulaire d'un DU de Neuro-psychopédagogie à
Lyon 1
Certifiée EQi 2.0 au Centre de l'Intelligence
émotionnelle
Coach professionnelle RNCP
Maître Praticienne PNL
Auteure du livre « *L'alchimie d'un rêve* »

Contact :
bea.fornari@be-enjoy.fr
Site Internet : www.be-enjoy.fr