



Be Enjoy Attitudes

*L'art de l'intelligence émotionnelle
pour cultiver son sourire*

PREVENTICA – STAND B09B du 23 au 25 mai 2023

Conférence le 24/05 à 16h sur le salon

« L'intelligence émotionnelle au cœur des organisations : à quoi ça sert ? »

DOSSIER DE PRESSE

L'INTELLIGENCE EMOTIONNELLE (IE), c'est quoi au juste ?

La définition littérale de l'Intelligence Emotionnelle (IE) peut sembler surprenante car le concept mêle deux notions que l'on a habituellement coutume d'opposer. D'un côté, le mot « intelligence » qui désigne cette capacité à prendre du recul, analyser, à raisonner, et de l'autre côté, les « émotions », réactions primaires parfois exacerbées, difficilement contrôlables, qui surviennent lors de situations ou d'évènements précis.

L'IE mesure nos qualités humaines, intra et interpersonnelles. Je la définis comme la capacité d'une personne à mobiliser ses compétences, ses aptitudes, ses connaissances pour faire face aux pressions de l'environnement, où celles que nous percevons comme telles.

UN CONCEPT RECENT !

Le concept d'IE voit le jour dans les années 90, avec les articles de Peter Salovey et John Mayer sur le sujet. Ce dernier sera démocratisé en 1995 avec l'ouvrage de Daniel Goleman. Depuis, nombreux sont les médecins, neuroscientifiques, psychologues qui écrivent sur le lien entre les compétences émotionnelles et le fonctionnement du cerveau pour ouvrir le champ d'une meilleure gestion des émotions et équilibre de vie.

Ainsi, l'intelligence émotionnelle se développe tout au long de la vie, s'éduque, s'apprend et s'entraîne, pour muscler cette partie de notre cerveau, le système limbique, qui représente le siège de nos empreintes émotionnelles et de nos stimuli internes.

Aujourd'hui, l'IE intègre le top 10 des compétences les plus recherchées par les entreprises, notamment dans le management.

Les émotions ne sont plus « tabous » dans le contexte professionnel et, peu à peu, les acteurs sont invités à s'exprimer (sans « déballer ») avec plus d'humanité.

Parler de ses peurs ou de ses « difficultés » n'est plus considéré comme une « incompétence » ou une « ingérence », mais plutôt comme un signe d'intelligence à aller vers le meilleur, partant du principe qu'une réussite est favorisée par le collectif et la contribution de chacun.e.

Valoriser son IE a donc un impact sur trois facteurs essentiels
AFFIRMATION DE SOI – PRISE DE DECISION - COMMUNICATION



L'EQ-I 2.0, un révélateur des compétences émotionnelles et comportementales

BE ENJOY ATTITUDES, l'alliée de la joie et de la communication

Quittant mon job de management d'une équipe de 80 formateurs, j'ouvre cette structure en 2015, à l'heure où les émotions sont souvent des invitées malvenues en entreprise, alors que l'égérie des compétences techniques reste bien ancrée.

Les compétences humaines, nommées généralement « soft-skills », comme l'empathie, la flexibilité, l'esprit d'initiative, la créativité, l'agilité relationnelle, étaient peu reconnues et rarement considérées.

Allant au bout de mes convictions, j'ai créé ma petite entreprise avec la croyance que mieux connaître ses émotions, les apprivoiser et les piloter améliore notre bien-être, pour mieux vivre ensemble et construire plus solidement.

Aujourd'hui, je transmets avec ferveur la plus-value de cultiver son intelligence émotionnelle pour re-trouver le sourire, se re-connecter au sens et ouvrir le champ des possibles.

BE ENJOY ATTITUDES, quand les émotions deviennent ENERGIE pour :

- + de motivation
- + de cohésion
- + de responsabilité
- + de croissance



QUI EST BEATRICE FORNARI ?

Titulaire d'un DU de neuropsychologie depuis 2008, certifiée au Québec en synergologie, et qualifiée pour faire passer et débriefer le test de Quotient Emotionnel, et coach professionnelle RNCP, j'ai suivi un parcours professionnel atypique de créatrice de voyages à enseignante en milieu spécialisé, de directrice de formation à comédienne d'improvisation. Aujourd'hui, je propose mon expertise de l'intelligence émotionnelle, mes expériences diversifiées, et ma passion de la scène au service de mes clients et de leurs besoins spécifiques.

***Avec B.E.A, offrez-vous des prestations « sur mesure »
pour optimiser la Qualité de Vie au Travail & la performance
accompagnements individuels et collectifs, animations d'ateliers et de séminaires,
interventions en conférences et MC***
CONTACT : bea.fornari@be-enjoy.fr - 06 03 99 80 66 – www.be-enjoy.fr

Osez une expérience unique et exclusive

***L'IMPRO' CONF,
LA conférence improvisée dont vous êtes les héros®***



SURPRENDRE, APPRENDRE, RIRE, COMPRENDRE
Les outils de l'intelligence émotionnelle partagés grâce aux histoires du public !