

PRÉSENTATION

LE B A BA DES COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES

JEAN-CLAUDE DUFOURD
TELECOM PARIS



- **Identifier**
- **Comprendre**
- **Utiliser**
- **Exprimer**
- **Réguler**

- **Chez moi**
- **Chez l'autre**



Et l'école ?

4



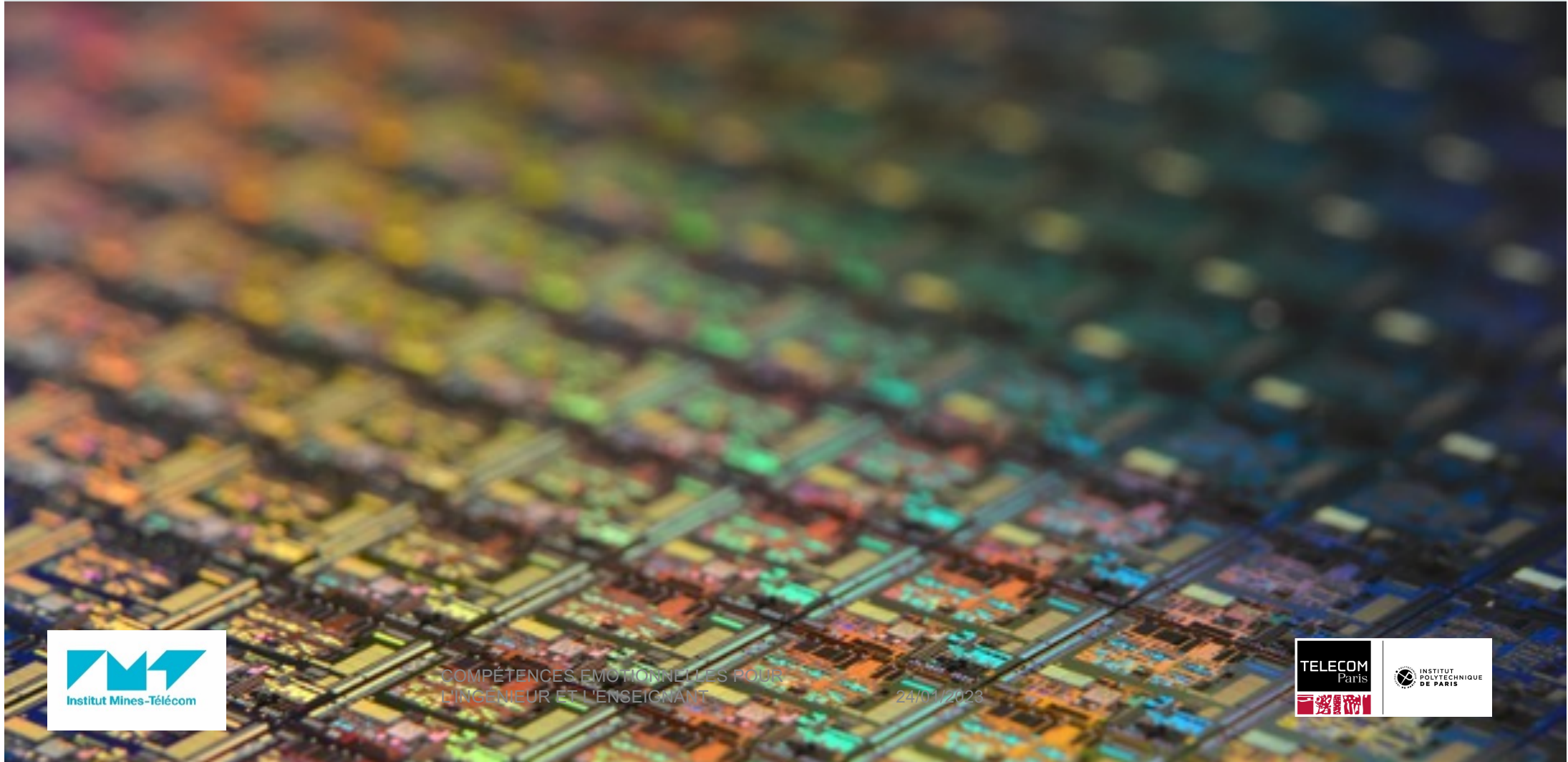
COMPÉTENCES EMOTIONNELLES POUR
L'INGÉNIEUR ET L'ENSEIGNANT

24/01/2023



Intelligence ?

5



COMPÉTENCES EMOTIONNELLES POUR
L'INGÉNIEUR ET L'ENSEIGNANT

24/01/2023



Pratiquer !

6



COMPÉTENCES EMOTIONNELLES POUR
L'INGÉNIEUR ET L'ENSEIGNANT

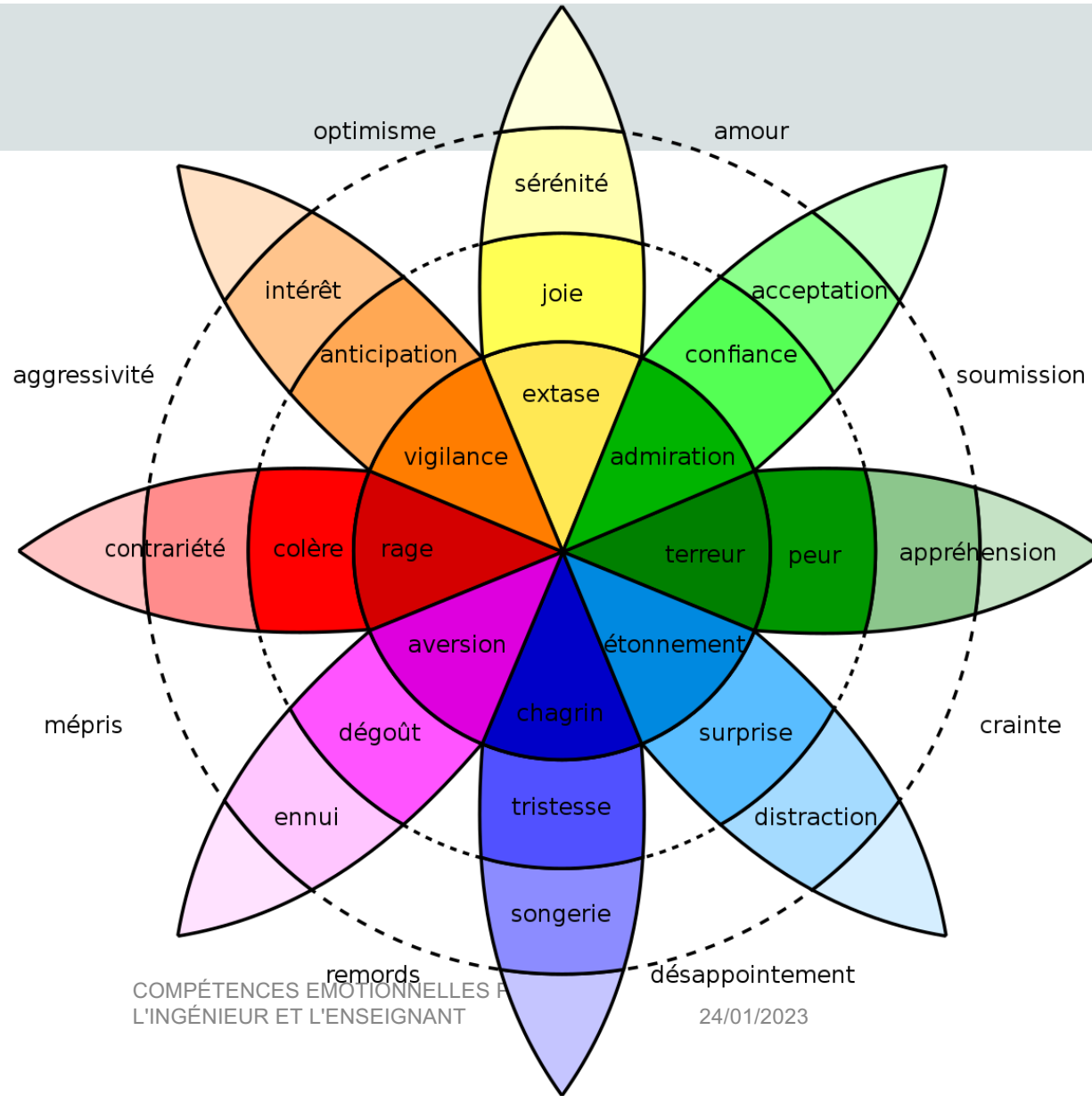
24/01/2023



BLA BLA BLA ...







Emotions de base:

- peur, joie, colère, tristesse, honte, dégoût, amour, surprise

Compétences émotionnelles:

- Selon Goleman: motivation, conscience de soi, empathie, aptitudes sociales, maîtrise de soi
- Selon Louvain: identifier, comprendre, utiliser, exprimer et réguler les émotions, chez moi et chez l'autre

Bienvenue aux émotions

11



COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES POUR
L'INGÉNIEUR ET L'ENSEIGNANT

24/04/2023





COMPÉTENCES EMOTIONNELLES POUR
L'INGÉNIEUR ET L'ENSEIGNANT

24/01/2023





COMPÉTENCES EMOTIONNELLES POUR
L'INGÉNIEUR ET L'ENSEIGNANT

24/01/2023







Panneau de protection anti-émeutes pour police, SWAT

Marque : Army-Shop-BW

3 questions avec réponses

Prix : **129,90 €**

Tous les prix incluent la TVA.

Payez en 4 fois sans frais en tant que membre Amazon Prime [Voir détails et conditions](#)

Neufs (2) à partir de **129,90 €** + 15,90 € Livraison

- Panneau de défense en plastique transparent incassable.
- Intérieur avec dragonne, poignée et rembourrage sous les bras.
- Dimensions : environ 90 x 50 cm, épaisseur : environ 3 mm.
- Poids : environ 2,3 kg.
- Robuste, très stable et indestructible.

[Signaler des informations incorrectes sur les produits](#)

Avertissement : À utiliser sous la surveillance d'un adulte

Passez la souris sur l'image pour zoomer

Toutes les émotions sont bienvenues

Projections:

- je vois chez l'autre des choses à moi
- ça arrive tout le temps

Bouclier:

- ne rien prendre personnellement
- ce que je reçois appartient à l'autre
- si je suis touché, c'est mon problème, à travailler

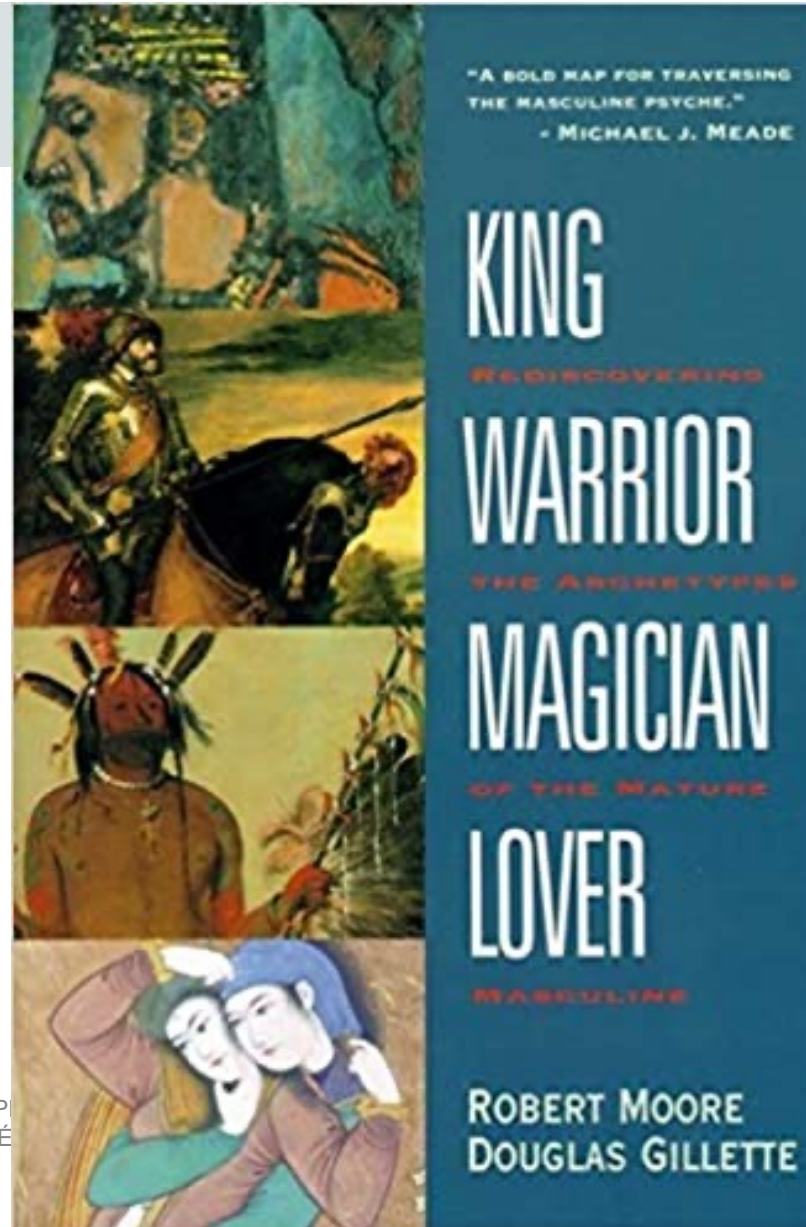


Ombres:

- **stratégie inconsciente qui me fait agir contre mes valeurs**
- **identifier mes ombres permet de les travailler, d'y résister**
- **il y a un cadeau derrière chaque ombre que je dépasse**

Blessures:

- **les blessures viennent d'événements difficiles dans notre enfance**
- **les ombres protègent des blessures (d'enfance)**



COMP
L'INGÉ



COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES POUR
L'INGÉNIEUR ET L'ENSEIGNANT

24/01/2023





COMPÉTENCES EMOTIONNELLES POUR
L'INGÉNIEUR ET L'ENSEIGNANT

24/01/2023





COMPÉTENCES EMOTIONNELLES POUR
L'INGÉNIEUR ET L'ENSEIGNANT

24/01/2023





COMPÉTENCES EMOTIONNELLES POUR
L'INGÉNIEUR ET L'ENSEIGNANT

24/01/2023







La bienveillance est précieuse pour les profs

Les groupes sont de bons espaces de travail émotionnel

Le leadership est du domaine des compétences émotionnelles

Je ne peux pas forcer un autre à travailler

Si on me fait mal, c'est à moi de travailler



Merci de votre attention

Crédits photo: unsplash.com, wikipedia, amazon, youtube...