

« J'irai au bout de mes rêves »

Conférence-spectacle sur l'intelligence émotionnelle

Oser être magnifique... pour pouvoir aller au bout de vos rêves et servir le monde. Telle est la promesse de ce spectacle sur l'intelligence émotionnelle...

Au travers d'échanges ludiques et authentiques, 2 amies se partagent leurs trucs pour traverser la vie...

Ca commence par comprendre notre mode d'emploi, puis à réguler les tempêtes émotionnelles qui nous habitent, à relever des challenges qui nous font vibrer, à comprendre les autres pour mieux vivre avec eux...

Qu'est-ce que l'intelligence émotionnelle ?

L'intelligence émotionnelle est un concept développé par les psychologues Peter Salovey et John Mayer en 1990 et popularisé par Daniel Goleman en 1995.

Elle réfère à la capacité de reconnaître, comprendre et maîtriser ses propres émotions et à composer avec les émotions des autres personnes.

D'après Daniel Goleman, l'intelligence émotionnelle comporte 5 dimensions : la conscience de soi, qui nous permet de prendre conscience de nos émotions et de nos réactions face à celles-ci, la maîtrise de soi, qui nous permet de réagir de façon constructive aux émotions, l'Automotivation, qui nous donne la capacité de mobiliser les émotions appropriées en vue d'un objectif, l'empathie qui nous aide à comprendre les émotions des autres et à y réagir adéquatement et enfin les aptitudes sociales qui nous donnent la possibilité d'avoir de bonnes relations avec les autres.

[Vidéo de présentation du spectacle](#)

Contacts :

Contenu et contrats :

Psychoeducation.be

info@psychoeducation.be

0472 27 76 04 (Stéphanie de Schaetzen)

0474 34 66 01 (Valentine Anciaux)

Technique :

Valentin Coppens

0493/98.14.64

valentin.coppens@gmail.com



VALENTINE ANCIAUX

Valentine Anciaux a étudié la psychologie en Belgique et a complété sa formation par un Master en psychoéducation à l'Université du Québec à Trois-Rivières. Elle est actuellement intervenante auprès d'enfants et d'adolescents présentant des troubles d'apprentissage et des troubles du comportement et propose un soutien à l'éducation aux parents. Elle donne également des formations aux enseignants et aux intervenants psychosociaux sur les approches innovantes en gestion de la motivation, de l'estime de soi, de troubles du comportement, troubles d'apprentissage et Trouble Déficitaire de l'Attention (TDA/H).

Elle a co-créé et gère Psychoéducation.be qui organise des événements dans les domaines de la psychologie et l'éducation : formations, conférences, colloques, spectacles...

STÉPHANIE DE SCHAETZEN

Stéphanie de Schaetzen est logopède (orthophoniste) de formation. Elle s'est spécialisée dans la prise en charge logopédique des troubles du langage écrit (dyslexie-dysorthographe), de la cognition mathématique (dyscalculie) et dans la prise en charge psychoéducative des troubles d'apprentissage et du comportement.

Elle a créé et coordonne l'escape Crescendo de Jodoigne (Belgique), un centre thérapeutique pluridisciplinaire pour enfants, adolescents et familles.

Elle a co-créé et gère Psychoéducation.be qui organise des événements dans les domaines de la psychologie et l'éducation : formations, conférences, colloques, spectacles...

Elle anime de nombreuses conférences et formations.

Mise en scène : Cécile Delberghe

Chorégraphie : Eugenia Ramirez

Animations : Rocio Alvarez

Graphisme : Cécile Cornely