PIPSa
Pédagogie Interactive en Promotion de la Santé

Les compétences émotionnelles

2014 - fiche modifiée le 21 avril 2015

Un ouvrage sur les compétences émotionnelles, qui offre une synthèse didactique des principaux travaux scientifiques sur le sujet.

Support	Livre
Âge du public	A partir de 18 ans
Thèmes associés à cet outil	Compétences psychosociales, Expression de soi
Obtention	Acquisition
Participants	Inconnu
Prix	27,00 €

PIPSa propose des pistes d'utilisation pour cet outil

Sur l'outil

Description selon l'éditeur

Matériel :

Les compétences émotionnelles
Auteurs : Moïra Mikolajczak, Jordi Quoidbach, Ilios Kotsou, Delphine Nelis
Dunod, 2014
Collection: Psycho Sup
336 pages

Sommaire :
Avant-propos. Les compétences émotionnelles : historique et conceptualisation. Les émotions. L'identification de ses émotions. L'identification des émotions d'autrui. L'expression et l'écoute des émotions. La compréhension des émotions. La régulation des émotions négatives. La régulation des émotions positives. L'utilisation des émotions. Vers un développement durable des compétences émotionnelles. Les perspectives d'avenir dans le domaine des compétences émotionnelles. Bibliographie.

Concept :

Cet ouvrage rassemble le fruit des recherches scientifiques et pratiques menées sur le concept d'"intelligence émotionnelle" (ou "compétences émotionnelles"), par quatre spécialistes de la question.

Conseils d'utilisation

Voir l'onglet "Pistes d'utilisation"

Bon à savoir

Pour commander cet outil : site des éditions Dunod

Où trouver l'outil

Chez l'éditeur :

DUNOD
11 rue Paul Bert
92240 - Malakoff
France - nagaillard@dunod.com
http://www.dunod.com

Dans les centres de prêt :
Centre liégeois de promotion de la santé
+32 (0)4 279.50.52 - promotion.sante@clps.be
http://www.clps.be

Centre local de promotion de la santé de Huy-Waremme
+32 (0)85 25 34 74 - info@clps-hw.be
http://www.clps-hw.be

Centre local de promotion de la santé de Mons-Soignies
+32 (0)64 84 25 25 - clps.documentation@yahoo.com
http://www.clps-mons-soignies.be

Centre local de promotion de la santé de Namur
+32 (0)81 75 00 46 - info@clpsnamur.be
http://www.clpsnamur.be

Centre de ressources documentaires provincial (Namur)
+32 (0)81 77 67 29 – 77 67 99 - anastasia@province.namur.be
Catalogue : http://anastasia.province.namur.be

Centre Local de Promotion de la Santé de Charleroi-Thuin
071/ 33 02 29 - secretariat@clpsct.org
http://www.clpsct.org

Pistes d'utilisation

Description

Support d'animation / expression

Thème:expression de soi, compétences psychosociales, émotions
Support: livre

Les compétences émotionnelles désignent la capacité à identifier, comprendre, exprimer, utiliser ses émotions et celles d'autrui. Elles jouent donc un rôle essentiel dans la santé mentale et physique, mais aussi dans la performance au travail et dans les relations sociales.

Ce livre offre une synthèse didactique des principaux travaux scientifiques sur le sujet :
· fonctions et bases neurologiques ;
· historique et définition des compétences émotionnelles :
· identification, écoute et expression des émotions ;
· régulation des émotions positives et négatives ;
· utilisation des émotions.

Pour avoir une idée du contenu du livre (édition 2009)

Public

Tout professionnel intéressé à explorer le champ de la recherche scientifique universitaire autour des émotions.

En quoi il est soutenant pour la promotion de la santé ?

Les compétences émotionnelles constituent les bases de notre "système immunitaire". Toutes choses étant égales par ailleurs, on a montré que les personnes qui ont de moins bonnes compétences émotionnelles sont
• Moins heureuses
• Moins satisfaites de leur vie
• Plus à risque de dépression
• Plus à risque de burnout
• Plus à risque de troubles anxieux
• Plus à risque d'abus de substance(s)
• Plus suceptibles de s'auto-mutiler
• Plus à risque de troubles des conduites

Date de l'avis : 20 avril 2015