

<https://eluardvenissieux.etab.ac-lyon.fr/spip/spip.php?article651>

DECOUVRIR SON INTELLIGENCE EMOTIONNELLE (LYON 3) - 9 JANVIER 2019

- CORDEES DE LA REUSSITE - 2018-2019 -
Date de mise en ligne : mercredi 6 mars 2019

Copyright © Collège Paul Eluard, Vénissieux - Tous droits réservés

Le mercredi 9 janvier 2019, nous nous sommes rendus à l'université Jean Moulin Lyon III afin de participer à un atelier autour du thème "l'intelligence émotionnelle" (I.E) qui est la capacité à réagir face à diverses émotions comme par exemple la colère, la peur...

L' I.E c'est aussi apprendre à comprendre ses émotions pour mieux les contrôler. Pour ce faire, nous nous sommes essayés à un Q.E (quotient émotionnel) qui nous a permis d'évaluer notre propre I.E . Les résultats étaient très hétérogènes d'un élève à l'autre.



Nous avons ensuite bénéficié d'une visite guidée de l'université. Nous avons entre autres découvert, la bibliothèque universitaire (B.U), les amphithéâtres où ont lieu les cours magistraux, l'amicale des étudiants qui organise des soirées étudiantes et d'autres événements.

Nous avons trouvé cette sortie très intéressante dans le sens où elle nous a permis de découvrir le "monde étudiant". Elle nous a également appris à évaluer notre capacité à réagir à certaines de nos émotions.

Pour les Parcours d'excellence : Amany Hedia