



L'échelle des émotions

1. Joie et gratitude
2. Passion
3. Enthousiasme et bonheur
4. Attentes positives
5. Optimisme
6. Espoir
7. Contentement et satisfaction
8. Ennui
9. Pessimisme
10. Frustration, irritation et impatience
11. Submersion
12. Déception
13. Doute
14. Inquiétude
15. Blâme
16. Découragement
17. Colère
18. Vengeance
19. Haine et rage
20. Jalousie
21. Insécurité, culpabilité et indignité
22. Peur, chagrin, dépression, désespoir et impuissance



Source: Esther et Jerry Hicks et Laurence Saunder

Coaching

Cadres et dirigeants
Professionnel
En entreprise
À la séance

Formations

Gestion de projet
Gestion des émotions au travail
Gestion des talents
Gestion du changement
Gestion du temps
Mobiliser par la délégation
Responsabiliser et motiver

Conférences

Motivation
Gestion du temps
Ressources humaines
Leadership
Climat de travail
Développement personnel
Cohésion d'équipe

1 877 847-2578

coach@lynetalbot.com

www.lynetalbot.com