

ACTIVITÉ 4:

Examiner les aptitudes liées à l'intelligence émotionnelle

Remplissez l'inventaire des aptitudes en matière d'intelligence émotionnelle puis notez chacune des aptitudes en suivant les instructions.



Une fois terminé, réfléchissez aux questions et aspects suivants :

- En matière d'intelligence émotionnelle, quelles sont les aptitudes les plus importantes? Comment utilisez-vous actuellement ces aptitudes au travail?
- Pour quelles aptitudes avez-vous obtenu les notes les plus basses? Comment pouvez-vous développer ces aptitudes?
- L'inventaire sur l'intelligence émotionnelle contient des stratégies permettant de développer les aptitudes en la matière. Pensez à mettre en œuvre certaines de ces stratégies pendant que vous développez vos aptitudes.

