

Des entrepreneurs togolais outillés pour la gestion de l'émotion



Généralement on pense que pour réussir son initiative entrepreneuriale, il suffit juste d'avoir un bon coefficient intellectuel, entouré de bonnes personnes et surtout d'avoir de bons chiffres d'affaires. Cette idée a été battue en brèche ce week-end par Béatrice Medissa Sama. L'entrepreneure et mentor estime que la plupart des succès entrepreneuriaux dépendent de la gestion de l'émotion. D'où le choix du thème « Comment gérez vos émotions pour mener à bien vos projets » de la 4^e session de formation du programme Yes I Can Life Mentoring (YIC Life Mentoring) à laquelle ont participé une cinquantaine de personnes dimanche à Lomé.

« Pendant longtemps on a cru qu'il suffit juste d'être intelligent d'avoir un bon coefficient intellectuel pour réussir sa vie entrepreneuriale. Mais finalement on se rend compte que l'intelligence émotionnelle prime sur le coefficient intellectuel. Que tu sois entrepreneur, élève, étudiant, femme au foyer ou un époux il faut apprendre à gérer ses émotions parce que le tempérament constitue la partie immergée de l'iceberg » a expliqué Mme Sama.

Dans sa communication, elle a d'abord amené l'assistance à comprendre la différence entre le sentiment et l'émotion, a outillé aux 6 catégories d'émotion qui existe avant

d'apprendre à gérer « le mal ».

Medissa Sama a conseillé son auditoire de prendre l'habitude de féliciter quand il le faut, de s'excuser et d'excuser, de ne jamais critiquer mais plutôt de faire des remarques positives. Et d'être à demander pardon et à excepter le pardon pour toutes les offenses commises.

{loadmoduleid 210}

« Quand par exemple vous réglez un problème avec quelqu'un ne revenez plus jamais là-dessus. Quand vous dites que c'est fini, c'est vraiment fini. Ne ressassez plus jamais l'histoire. Plutôt prendre 25 minutes pour soi tous les jours » a-t-elle ajouté.

Le programme YIC Life Mentoring consiste à former les jeunes et femmes entrepreneurs, membres du CJEA-CJD une fois dans chaque mois. L'initiative fait suite au constat selon lequel beaucoup de jeunes togolais démarrent bien leurs entreprises mais par manque de coaching ne font pas souvent long feu.

La session de formation aura lieu le 19 mai prochain à Lomé. Elle sera axée placée sur le thème « Les 5 principes à suivre pour une vie heureuse ».