

FACTEURS HUMAINS

Management efficace par l'intelligence émotionnelle

1030 € HT ***But**

Cette formation aborde le concept de l'intelligence émotionnelle. Elle permet d'utiliser cette notion pour mieux piloter ses raisonnements et ses actions, grâce à la capacité à reconnaître nos émotions, à comprendre leur influence sur nos performances et à les gérer positivement (gestion et conscience du soi). Induire des comportements qui sont, le plus souvent, expressifs, dirigés vers un but et adaptatifs, réalisés par des systèmes neuronaux ou endocriniens.

Esprit Général

Les dirigeants efficaces ont tous en commun une qualité décisive : ils possèdent tous en commun, un haut degré de ce que l'on appelle aujourd'hui « l'intelligence émotionnelle ». Les meilleurs leaders sont ceux dont les qualités personnelles, les capacités d'écoute et d'acceptation du point de vue des autres, la capacité à les intégrer dans leurs schémas mentaux, les capacités à connaître et à gérer leurs émotions, sont fortement développées.

L'accent sera mis sur la capacité du manager et du leader à reconnaître les émotions d'autrui, à en comprendre l'origine, à créer les conditions optimales qui généreront des émotions positives, sources exclusives de performances durables et de bien-être (connaissance des autres et gestion de la relation)

La finalité est d'amener le leader, le manager, à être capable de transmettre des retours d'expérience constructifs au bon moment et à lui inculquer les clés du mentor, du coach et lui fournir les outils pour être un catalyseur du changement.

Prérequis**Niveau du stage : Base**

Tout public en lien avec la création de valeurs.

Master tout domaine

Durée et emploi du temps

Le stage dure 2 jours (16 heures).

**Pascal BROQUARD**

Ex - Officier Opérations Spéciales, chef de groupe Action Forces Spéciales et chef instructeur

**Date**
PARIS

29 au 30 Avril 2024

Catalogue Complet
des formations* [Conditions Générales](#)

Sommaire

- **Définition et enjeux de l'intelligence émotionnelle**
 - Rôle et mécanisme des émotions
 - Impact des émotions mal gérées ou mal identifiées
 - La notion d'« intelligence émotionnelle »:
 - Test : calcul de son coefficient émotionnel
 - Historique, approche, définition
 - Les 4 grandes compétences émotionnelles du manager
- **Mieux gérer mes propres émotions Défis actuels et tendances**
 - Savoir identifier mes émotions
 - Autodiagnostic : mes émotions dans ma pratique managériale : atout ? Freins ?
 - Exprimer mes émotions : assertivité
 - Bien comprendre mes émotions
 - Savoir gérer mes émotions
- **Mieux gérer les émotions des autres**
 - *Savoir identifier les émotions des autres*
 - *Encourager les autres à exprimer leurs émotions*
 - *Bien comprendre les émotions des autres : l'écoute active*
 - *Savoir gérer les émotions des autres*
- **Accompagner efficacement le changement**
 - *Comprendre le cycle des émotions dans le processus de changement*
 - *Situer une personne sur la courbe du changement, grâce à ses émotions*
 - *Adapter l'accompagnement du changement en fonction des émotions identifiées*
 - *Optimiser la communication (verbale, formelle et informelle, info)*
 - *Faire le deuil d'un poste, d'une fonction, accompagner une promotion, un départ...*
- **L'intelligence émotionnelle au quotidien : performance et QVT**
 - *Intelligence émotionnelle et QVT (6 dimensions d'analyse RPS)*
 - *Intelligence émotionnelle et performance (individuelle et collective)*
 - *Intelligence émotionnelle et leadership*
 - *Développer le mécanisme de décision*
 - *Exercice : développer son charisme,*
- **Plan d'action individuel**
 - *Les éléments de l'intelligence émotionnelle que j'intègre déjà dans ma pratique managériale*
 - *Mon plan d'action pour favoriser la QVT (et donc la performance) dans mon équipe (quelles compétences émotionnelles vais-je utiliser ?)*

Une réponse adaptative qui présente 3 composantes (Comportementale / Expressive ; Physiologique ; Cognitive / Subjective)

Pour faire une demande

Bulletin d'inscription

* [Conditions Générales](#)