

INTELLIGENCE EMOTIONNELLE ET MANAGEMENT

Savoir appliquer l'intelligence émotionnelle avec ses collaborateurs

Vous souhaitez mieux vivre vos relations professionnelles en poste ou en situation de transition et améliorer vos compétences relationnelles. Ce stage vous permettra de prendre conscience de vos émotions, d'en faire une force et de mieux communiquer.

LES 5 COMPOSANTES DE L'INTELLIGENCE EMOTIONNELLE

- Prendre conscience de ses émotions
- Savoir gérer ses émotions
- Développer sa motivation
- Améliorer son empathie
- Développer son interactivité

LES PRATIQUES DU MANAGEMENT AU QUOTIDIEN

- Donner des consignes
- Mobiliser et motiver ses collaborateurs
- Animer l'équipe et gérer l'activité collective
- Responsabiliser et autonomiser ses collaborateurs

REPERER LES FREINS DE L'INTELLIGENCE EMOTIONNELLE

- Les déclencheurs émotionnels
- Repérer les styles de communication des collaborateurs et leur sensibilité au stress

AGIR SUR LES FREINS DE L'INTELLIGENCE EMOTIONNELLE

- Favoriser une communication de qualité
- Donner des feedbacks de façon adaptée

PLAN D'ACTION

- Faire le point sur ses progrès
- Mettre en pratique ses acquis

Public :

Tout public

Pré-requis : Être manager ou sur un parcours de manager

Durée : 14h

5h : visio de 2x 2h30

2h : préparation

1h : travail intersession

4h : serious game

1h : travail post stage avec accompagnement e-coaching

Handicap : nous contacter

Groupe : de 2 à 8 personnes

Objectifs :

- Prendre conscience de ses émotions et de celles de ses collaborateurs en situation de travail
- Gérer ses émotions et celles de ses collaborateurs pour améliorer la production

Méthode Pédagogique :

✓ **Visioconférence + e-Learning**

- Entraînement individuel et collectif
- Appropriation et transposition des méthodes et outils étudiés
- Plan personnel de progrès
- Apports théoriques sur les concepts clés

Moyens pédagogiques :

Utilisation du **Serious Game**

Leadergame Play

- PC ou Tablette
- connexion Internet

Le+ : continuer la formation

avec **Leadergame Play©** et **accompagnement e-coaching** mises en situation et accompagnement avec un psychologue

Référence : VISIO IE 2