



PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE



Mobiliser son intelligence émotionnelle

Durée : 2 jours – 14 heures

L'intelligence émotionnelle, c'est savoir adapter sa communication verbale et relationnelle managériale en décodant les structures comportementales de ses collaborateurs et en gérant leur potentiel émotionnel. C'est également favoriser les développements relationnels constructifs, connaître les étapes d'évolution d'une situation de crise et renforcer la maîtrise de soi.

OBJECTIFS

- ✓ Comprendre et identifier les mécanismes émotionnels et les profils
- ✓ Renforcer sa maîtrise de soi en situation déstabilisante
- ✓ Identifier les jeux relationnels
- ✓ Gérer les situations émotionnelles délicates

PUBLIC

Toute personne souhaitant comprendre le mécanisme des émotions et mobiliser l'intelligence collective de son équipe

PRE REQUIS

Aucun

PROGRAMME

Comprendre la dimension émotionnelle du management

- Identifier les compétences clés du management bienveillant
- Identifier les profils et décoder les structures comportementales des individus en milieu professionnel
- Comprendre et identifier ses mécanismes émotionnels.



- Identifier les besoins relationnels et y répondre
- Anticiper et gérer les réactions des individus en situation "agressive" ou de passivité
- Comprendre les "peurs" émotionnelles et gérer les pensées stressantes associées
- Contrôler le processus de maîtrise de soi en situation déstabilisante

Atelier pratique : Outils de diagnostic émotionnel. Jeux de rôle basés sur des cas professionnels. Mises en situation filmées et débriefing.

Développer sa compétence émotionnelle

- Gérer les comportements émotionnels "non efficaces" dans la relation
- Identifier les "scénarios" et les jeux de manipulation dans les échanges
- Gérer les situations émotionnelles délicates

Identifier et gérer les réactions émotionnelles des interlocuteurs

- Apprendre à éviter les "pollutions" émotionnelles
- Identifier les jeux relationnels
- Accorder votre communication aux besoins de votre interlocuteur
- Débloquent les situations difficiles en recherchant un terrain d'entente par la méthode DESC

Atelier pratique : Présentation des différentes méthodes outils et mise en pratique par le biais de jeux de rôle

MODALITES D'ÉVALUATION D'ATTEINTE DES OBJECTIFS

Évaluation des compétences en début et en fin de formation

Évaluation des connaissances à chaque étape de la formation (via questionnaires, exercices, travaux pratiques, entretiens avec le formateur)

Questionnaire d'évaluation de satisfaction en fin de formation

MOYENS PERMETTANT LE SUIVI ET L'APPRÉCIATION DES RÉSULTATS

Feuilles de présences signées des participants et du formateur par demi-journée

Attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES D'ENCADREMENT DES FORMATIONS

Modalités pédagogiques :

Alternance d'apports théoriques, d'outils opérationnels et de méthodes

Cas pratiques directement liés aux situations professionnelles rencontrées par les participants

Mises en situation

Partage d'expériences

Éléments matériels :

Support de cours au format numérique projeté sur écran et transmis au participant par mail à la fin de la formation



CTB FORMATION

MANAGER VOS TALENTS

Référent pédagogique et formateur :

Chaque formation est sous la responsabilité du directeur pédagogique de l'organisme de formation ; le bon déroulement est assuré par le formateur désigné par l'organisme de formation