

Développer son leadership grâce à l'intelligence émotionnelle

Se développer pour mieux embarquer ses équipes



1 jour
7 heures



12 pers.
maxi



présentiel ou
distanciel



Inter entreprises : 793 € ht par stagiaire
Inter individuels* : 467 € ht par stagiaire
Intra : Nous contacter

* particuliers et indépendants

Cette formation permet d'appréhender les principes phares de l'Intelligence Emotionnelle, de comprendre son mode de fonctionnement et d'expérimenter des outils pour se développer et mieux accompagner les collaborateurs.

PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne ayant besoin de prendre du recul quant à sa propre gestion émotionnelle et être outillé quant à l'accompagnement de ses équipes.

Manager, leader, collaborateur et travailleur indépendant.

PRÉ-REQUIS :

- Vouloir initier un développement personnel grâce à l'Intelligence Emotionnelle
- Souhaiter accompagner différemment, grâce aux émotions

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À la suite de la formation, le participant sera capable de :

- Comprendre les fondements de l'IE
- Comprendre les clés de la motivation et de l'engagement des équipes
- Initier une démarche de développement émotionnel à travers la régulation des émotions
- Animer un temps d'échange structuré pour accompagner un collaborateur

• Formations adaptées

aux situations de handicap, dans la mesure du possible

• Evaluations des acquis

en fin de formation par auto-évaluation stagiaires et QCM

• Méthodes pédagogiques

alliant théorie, classe inversée, expérimentation en groupe, jeux de rôle, études de cas ...

• Accès à la formation

par la signature d'une convention au moins deux semaines avant le démarrage

Déroulé

Inspiration et définition

- Zoom sur les clés de la motivation, entre engagement et coopération
- L'intelligence Emotionnelle, principes de bases et pouvoirs

Introspection

Et moi ? De l'auto-diagnostic au développement émotionnel

Jeu et développement en collectif

Adopter une communication pacifiante

Déployer son plan de développement

Le + MUE !

Des invitations régulières pour échanger avec la communauté

Microlearning inspirational par des capsules de contenus complémentaires envoyées par mail avant et après la formation