

# 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.

## AUCUN PRÉ-REQUIS

## 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