

- Prendre en compte la **dimension émotionnelle** du management afin d'accompagner au mieux les mutations des structures.
- Identifier les réactions de vos collaborateurs pour **favoriser un échange constructif**.

PUBLIC : Dirigeant.e.s / Managers et futurs managers. Groupe de 4-5 personnes maximum

PRÉREQUIS : Aucun prérequis

DÉLAI D'ACCÈS : 1^{er} rendez-vous dans les 20 jours



DURÉE :
14H

PRIX : 590 € HT / jour / participant.e
(en inter)

IDENTIFIER LA NOTION D'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

- Définir ce que l'on appelle « intelligence »
- Identifier ce que l'on entend par « émotions »
- Les compétences développées grâce à l'intelligence émotionnelle

Autodiagnostic

MIEUX GÉRER SES ÉMOTIONS ET GAGNER EN EFFICACITÉ

- Analyser la séquence de passage de l'émotion
- Prendre conscience qu'une émotion peut en cacher une autre
- Identifier ses besoins fondamentaux
- Établir le lien entre émotion et stress

Exercice d'application

DÉVELOPPER SA COMMUNICATION INTERPERSONNELLE

- Analyse de trois types de relations dans l'entreprise
- Adopter la communication non violente | Exprimer la colère
- Exprimer ses émotions pour améliorer sa relation aux autres
- Savoir dire « non »

Mises en situation

MAÎTRISER SES ÉMOTIONS POUR RENFORCER SON LEADERSHIP

- Aller vers une meilleure gestion de soi (affirmation/approbation)
- Comprendre les émotions des autres pour accroître la motivation
- Prendre conscience des autres : l'empathie
- Connaître les quatre attitudes d'une relation équilibrée

Partage d'expériences

✓ SUIVI ET RÉSULTATS

Feuilles d'émergence
Fiche d'évaluation de formation

☆ MODALITÉS D'ÉVALUATION

Auto-positionnement
Évaluation continue
Évaluation finale | Valider la mise en oeuvre en situation de travail par test ou mise en situation

⚙ MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Échanges d'expériences, mises en situation et exercices pratiques novateurs

Individualisation, personnalisation et adaptation au niveau et au besoin de chaque apprenant
Vidéo projecteur, PC

Formateurs expérimentés



Ateliers en présentiel



E-Learning



LIEU DE FORMATION

ALLIES | maison Lyon pour l'emploi

Accessible aux personnes porteuses de handicap

INSCRIPTION

☎ 07 67 90 48 35

✉ ludivine.jubault@mdef-lyon.fr