



Objectifs

Tester pourquoi et comment l'intelligence émotionnelle intéresse le manager et optimise son efficacité.

- Expérimenter le fait que l'intelligence émotionnelle est au cœur des prises de décisions managériales.
- Identifier les 4 piliers de l'intelligence émotionnelle
- Expérimenter le fonctionnement de ces 4 piliers
- Identifier les facteurs susceptibles de développer l'intelligence émotionnelle.
- Tester et pratiquer les stratégies de régulation des émotions.



Moyens pédagogiques

Les apports théoriques sont mis en parallèle avec des exercices pratiques.
Travail en sous-groupes.
Mises en situation.



Intervenante

Isabelle SIMONETTO
Docteur en Neurosciences



Prérequis

Être en position de management



Durée

7 heures



Tarif

Nous consulter
07 68 11 95 55



Modalité d'intervention

Uniquement en intra-entreprise



Evaluation de la formation

Evaluation complétée à chaud



Personnes en situation de handicap

Mise à disposition des salles par le client et validation de l'accessibilité



Programme (à titre indicatif)

I. Intelligence émotionnelle et efficacité

- A. Prise de décision et émotions : exercices
- B. Rôle des émotions : exercices
- C. L'intelligence émotionnelle (I.E.) : à quoi ça sert ?

II. Intelligence émotionnelle et neurosciences

- A. Les circuits de l'IE
- B. Les conséquences d'un déficit d'intelligence émotionnelle : exemples
- C. Définition de l'IE

III. Les propriétés du cerveau et les conséquences en matière de pilotage

- A. Une construction unique pour chaque individu
- B. La sélectivité
- C. L'interprétation de la réalité
- D. Impact du stress

IV. Supervision et intelligence émotionnelle

- A. Comment réguler : les 5 stratégies
- B. Exercices pratiques
- C. Comment utiliser l'IE : exercices

V. Bilan et perspectives

98,78 % des stagiaires
très satisfaits
(excellent et très bien)



Post session en option :

Test de Quotient Émotionnel
Test individuel et personnel en ligne sur plateforme dédiée