



Objectifs

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

Comprendre que l'intelligence émotionnelle est au cœur des prises de décisions managériales.

Comprendre qu'il s'agit d'une compétence neurobiologique.

Connaitre les facteurs susceptibles de développer l'intelligence émotionnelle.

Permettre aux participants de réfléchir à leur mode de fonctionnement en tant que manager.

Comprendre et appliquer 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



Programme (à titre indicatif)

I. Intelligence émotionnelle et efficacité

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

II. Intelligence émotionnelle et neurosciences

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

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

- Une construction unique pour chaque individu
- La sélectivité
- L'interprétation de la réalité

IV. Management et intelligence émotionnelle

- Comment réguler : les 5 stratégies
- Exercices pratiques

V. Bilan et perspectives



Post session en option :

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