

### Objectifs / Durée de la formation

Durée: 2 jours, soit 14 heures

- Etre capable de gérer son potentiel émotionnel dans sa fonction de manager grâce à une approche comportementale des rôles
- Maintenir sa stabilité émotionnelle dans les contextes délicats
- Pouvoir utiliser les moyens opérationnels pour développer sa compétence et décupler son efficacité

### Participants / Pré-requis

- Tout manager souhaitant gérer efficacement les situations à enjeux émotionnels
- Avoir une expérience en management

### Moyens pédagogiques

- Formateur expert dans le domaine
- Pédagogie participative et active, support de cours remis à chaque participant, vidéo projecteur, tableau blanc et paperboard
- Feuille de présence signée en demi-journée, évaluation des acquis tout au long de la formation, questionnaire de satisfaction, attestation de stage

### Programme

#### 1. Définir l'intelligence émotionnelle

- Les différentes formes d'intelligence et leur adéquation dans la vie professionnelle
- Définir la différence entre intelligence rationnelle et intelligence émotionnelle

#### 2. Développer sa compétence émotionnelle

- Prendre conscience de l'influence de l'émotivité : identifier les facteurs de progrès et les facteurs bloquants de l'émotivité
- Gérer les comportements émotionnels «non efficaces» dans la relation
- Identifier les scénarii et les distorsions dans les échanges
- Accompagner son interlocuteur dans l'identification de ses interprétations et ses méconnaissances
- Gérer les situations émotionnelles délicates : accorder votre communication aux besoins de votre interlocuteur, débloquer les situations difficiles en recherchant un terrain d'entente

#### 3. Accompagner les émotions collectives

- Aborder l'équipe comme une entité émotionnelle
- Appréhender l'équipe comme une somme d'éléments émotionnels se renforçant

#### 4. Fédérer vos équipes sur des émotions constructives

- Gérer l'émotionnel collectif par la maîtrise du processus
- Apprendre à créer le besoin d'évolution et lever les résistances

### 5. Optimiser les relations de travail de son équipe

- Établir des relations positives
- Réagir positivement par rapport à une situation
- Adapter son attitude par rapport à ses interlocuteurs
- Réagir face à un interlocuteur mécontent, agressif, timide, anxieux,...
- Savoir gérer émotionnellement son équipe